PLANINARSKI KALENDAR

24597

PLANINARSKI KALENDAR 1952

Izdao
PLANINARSKI SAVEZ HRVATSKE
ZAGREB

Uredio: Redakcioni odbor »Naših planina«

Maršal Jugoslavije

JOSIP BROZ TITO

Predsjednik vlade N. R. Hrvatske

Dr. VLADIMIR BAKARIĆ

počasni predsjednik Plan. saveza Hrvatske

ORGANIZACIJA PLANINARSTVA U FNRJ

Osnovne planinarske organizacije u FNRJ su planinarska društva, koja se mogu osnivati svagdje gdje za to postoji interes i potreba, a prema načelima i pravilima za osnivanje planinarskih društava, uz odobrenje nadležnog republičkog Planinarskog saveza. Unutar planinarskih društava mogu djelovati zasebne planinarske grupe ili specijalne sekcije.

Organizatori planinarskog pokreta i planinarskih društava po pojedinim republikama su republički Planinarski savezi.

Vrhovna planinarska organizacija u FNRJ u sastavu Fiskulturnog saveza Jugoslavije je Planinarski savez Jugoslavije, koji putem svoga Centralnog odbora koordinira rad republičkih Planinarskih saveza

Adrese glavnih planinarskih organizacija u FNRJ:

1. Planinarski savez Jugoslavije: Beograd, Kneza Mihajla ul. 47.
2. Planinarski savez Srbije: Beograd, Kneza Mihajla ul. 47.
3. Planinarski savez Hrvatske: Zagreb, Gajeva ul. 2-a/I.
4. Planinska zveza Slovenije: Ljubljana, Likozarjeva ul. II. (provizorij).
5. Planinarski savez Bosne i Hercegovine: Sarajevo.
6. Planinarski savez Makedonije: Skoplje.
7. Planinarski savez Crne Gore: Titograd.

SIJEČANJ - I - JANUAR

1	U	Nova godina
2	S	
3	Č	
4	P	
5	S	
6	N	
7	P	
8	U	
9	S	
10	Č	
11	P	
12	S	
13	N	
14	P	
15	U	
16	S	
17	Č	
18	P	
19	S	
20	N	
21	P	
22	U	
23	S	
24	Č	
25	P	
26	S	
27	N	
28	P	
29	U	
30	S	
31	Č	

VELJAČA - II - FEBRUAR

1	P	
2	S	
3	N	
4	P	
5	U	
6	S	
7	Č	
8	P	
9	S	
10	N	
11	P	
12	U	
13	S	
14	Č	
15	P	
16	S	
17	N	
18	P	
19	U	
20	S	
21	Č	
22	P	
23	S	
24	N	
25	P	
26	U	
27	S	
28	Č	
29	P	

OŽUJAK - III - MART

1	S
2	N
3	P
4	U
5	S
6	Č
7	P
8	S
9	N
10	P
11	U
12	S
13	Č
14	P
15	S
16	N
17	P
18	U
19	S
20	Č
21	P
22	S
23	N
24	P
25	U
26	S
27	Č
28	P
29	S
30	N
31	P

TRAVANJ - IV - APRIL

1	U
2	S
3	Č
4	P
5	S
6	N
7	P
8	U
9	S
10	Č
11	P
12	S
13	N
14	P
15	U
16	S
17	Č
18	P
19	S
20	N
21	P
22	U
23	S
24	Č
25	P
26	S
27	N
28	P
29	U
30	S

SVIBANJ - V - MAJ

1	Č	Praznik rada 1. dan
2	P	Praznik rada 2. dan
3	S	
4	N	
5	P	
6	U	
7	S	
8	Č	
9	P	
10	S	
11	N	
12	P	
13	U	
14	S	
15	Č	
16	P	
17	S	
18	N	
19	P	
20	U	
21	S	
22	Č	
23	P	
24	S	
25	N	
26	P	
27	U	
28	S	
29	Č	
30	P	
31	S	

LIPANJ - VI - JUNI

1	N	
2	P	
3	U	
4	S	
5	Č	
6	P	
7	S	
8	N	
9	P	
10	U	
11	S	
12	Č	
13	P	
14	S	
15	N	
16	P	
17	U	
18	S	
19	Č	
20	P	
21	S	
22	N	
23	P	
24	U	
25	S	
26	Č	
27	P	
28	S	
29	N	
30	P	

SRPANJ - VII - JULI

1	U	
2	S	
3	Č	
4	P	
5	S	
6	N	
7	P	
8	U	
9	S	
10	Č	
11	P	
12	S	
13	N	
14	P	
15	U	
16	S	
17	Č	
18	P	
19	S	
20	N	
21	P	
22	U	
23	S	
24	Č	
25	P	
26	S	
27	N	Dan Nar. ustanka u Hrvatskoj
28	P	
29	U	
30	S	
31	Č	

KOLOVOZ - VIII - AUGUST

1	P	
2	S	
3	N	
4	P	
5	U	
6	S	
7	Č	
8	P	
9	S	
10	N	
11	P	
12	U	
13	S	
14	Č	
15	P	
16	S	
17	N	
18	P	
19	U	
20	S	
21	Č	
22	P	
23	S	
24	N	
25	P	
26	U	
27	S	
28	Č	
29	P	
30	S	
31	N	

RUJAN - IX - SEPTEMBAR

1	P
2	U
3	S
4	Č
5	P
6	S
7	N
8	P
9	U
10	S
11	Č
12	P
13	S
14	N
15	P
16	U
17	S
18	Č
19	P
20	S
21	N
22	P
23	U
24	S
25	Č
26	P
27	S
28	N
29	P
30	U

LISTOPAD - X - OKTOBAR

1	S
2	Č
3	P
4	S
5	N
6	P
7	U
8	S
9	Č
10	P
11	S
12	N
13	P
14	U
15	S
16	Č
17	P
18	S
19	N
20	P
21	U
22	S
23	Č
24	P
25	S
26	N
27	P
28	U
29	S
30	Č
31	P

STUDENI - XI - NOVEMBAR

1	S	
2	N	
3	P	
4	U	
5	S	
6	Č	
7	P	
8	S	
9	N	
10	P	
11	U	
12	S	
13	Č	
14	P	
15	S	
16	N	
17	P	
18	U	
19	S	
20	Č	
21	P	
22	S	
23	N	
24	P	
25	U	
26	S	
27	Č	
28	P	
29	S	**Dan Republike**
30	**N**	**Drž. praznik 2. dan**

PROSINAC - XII - DECEMBAR

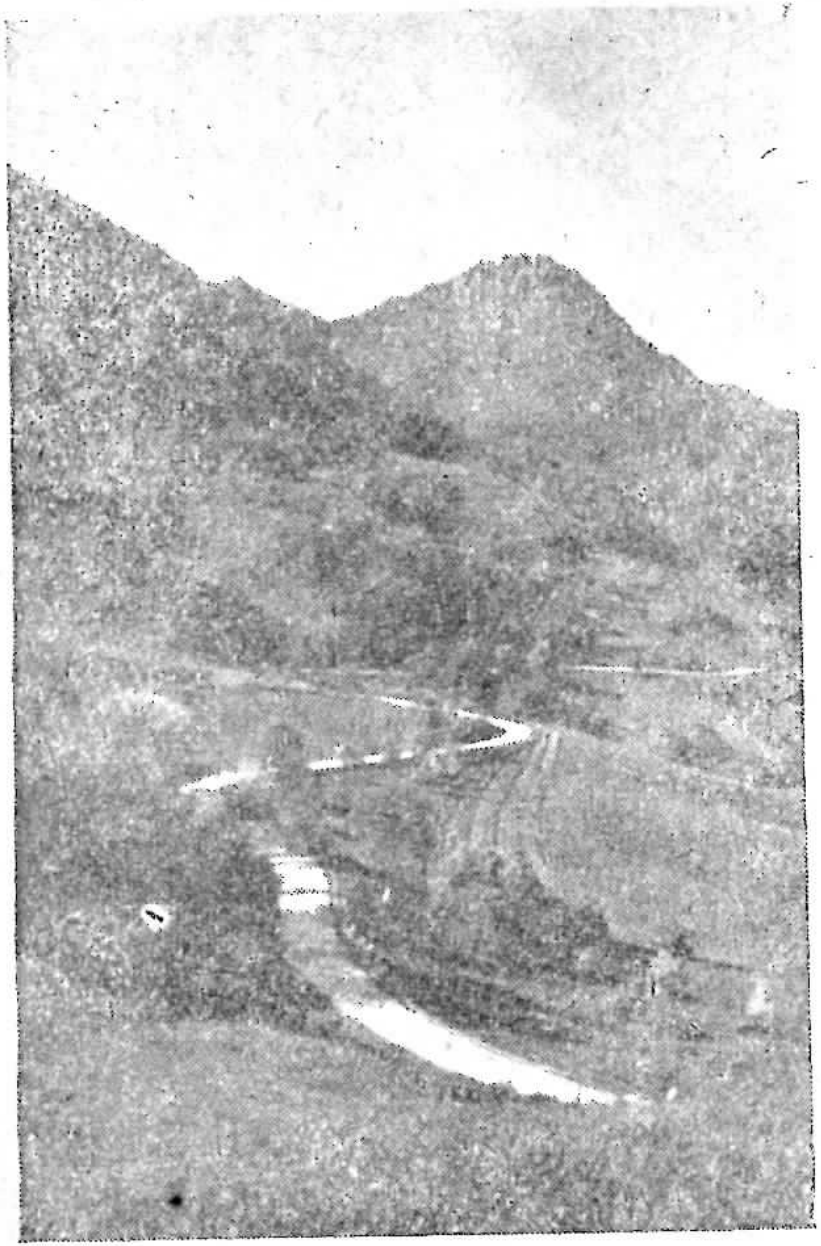
1	P	
2	U	
3	S	
4	Č	
5	P	
6	S	
7	N	
8	P	
9	U	
10	S	
11	Č	
12	P	
13	S	
14	N	
15	P	
16	U	
17	S	
18	Č	
19	P	
20	S	
21	N	
22	P	
23	U	
24	S	
25	Č	
26	P	
27	S	
28	N	
29	P	
30	U	
31	S	

MJESEČEVE MIJENE

	Siječanj	Veljača
Prva četvrt	4. 5 s 42 m	2. 21 s 01 m
Uštap (pun mj.)	12. 5 s 55 m	11. 1 s 28 m
Zadnja četvrt	20. 7 s 09 m	18. 19 s 01 m
Mladj (mijena)	26 23 s 26 m	25. 10 s 16 m
	Ožujak	**Travanj**
Prva četvrt	3. 14 s 43 m	2. 9 s 48 m
Uštap (pun mj.)	11. 19 s 14 m	10. 19 s 53 m
Zadnja četvrt	19. 3 s 40 m	17. 10 s 07 m
Mladj (mijena)	25. 21 s 12 m	24. 8 s 27 m
	Svibanj	**Lipanj**
Prva četvrt	2. 4 s 58 m	
Uštap (pun mj.)	9. 21 s 16 m	8. 6 s 07 m
Zadnja četvrt	16. 15 s 39 m	14. 21 s 28 m
Mladj (mijena)	23. 20 s 28 m	22 9 s 45 m
Prva četvrt	31. 22 s 45 m	30. 14 s 11 m
	Srpanj	**Kolovoz**
Uštap (pun mj.)	7. 13 s 33 m	5. 20 s 40 m
Zadnja četvrt	14. 4 s 42 m	12. 14 s 27 m
Mladj (mijena)	21. 24 s 30 m	20. 16 s 20 m
Prva četvrt	30. 2 s 51 m	28. 13 s 03 m
	Rujan	**Listopad**
Uštap (pun mj.)	4. 4 s 19 m	3. 13 s 15 m
Zadnja četvrt	11. 3 s 36 m	10. 20 s 33 m
Mladj (mijena)	19 8 s 22 m	18. 23 s 42 m
Prva četvrt	26. 21 s 31 m	26. 5 s 04 m
	Studeni	**Prosinac**
Uštap (pun mj.)	1. 24 s 10 m	1. 13 s 41 m
Zadnja četvrt	9. 16 s 43 m	9. 14 s 22 m
Mladj (mijena)	17. 13 s 56 m	17. 3 s 02 m
Prva četvrt	24. 12 s 34 m	23. 20 s 51 m

IZLAZAK I ZALAZAK SUNCA

Sunce izlazi:	Sunce zalazi:
u 7,30 h 1. siječnja	u 16.45 h 1. siječnja
,, 7,15 h 19. ,,	,, 17,00 h 14. ,,
,, 7,00 h 7. veljače	,, 17,15 h 27. ,,
,, 6,45 h 18. ,,	,, 17,30 h 9. veljače
,, 6,30 h 28. ,,	,, 17,45 h 22. ,,
,, 6,15 h 10. ožujka	,, 18,00 h 7. ožujka
,, 6,00 h 18. ,,	,, 18,15 h 20. ,,
,, 5,45 h 27. ,,	18,30 h 2. travnja
,, 5,30 h 4. travnja	,, 18,45 h 15. ,,
,, 5,15 h 13. ,,	,, 19,00 h 26. ,,
,, 5,00 h 24. ,,	19,15 h 11. svibnja
,, 4,45 h 4. svibnja	,, 19,30 h 24. ,,
,, 4,30 h 18. ,,	,, 19,45 h 11. lipnja
,, 4,35 h 20. lipnja	,, 19,30 h 15. srpnja
,, 4,45 h 17. srpnja	,, 19,15 h 1. kolovoza
,, 5,00 h 1. kolovoza	,, 19,00 h 11. ,,
,, 5,15 h 16. ,,	,, 18,45 h 21. ,,
,, 5,30 h 31. ,,	,, 18,30 h 31. ,,
,, 5,45 h 14. rujna	,, 18,15 h 8. rujna
,, 6,00 h 29. ,,	,, 18,00 h 16. ,,
6,15 h 12. listopada	,, 17,45 h 24. ,,
,, 6,30 h 25. ,,	,, 17,30 h 4. listopada
,, 6,45 h 6. studenoga	,, 17,15 h 13. ,,
,, 7,00 h 18. ,,	,, 17,00 h 22. ,,
,, 7,15 h 7. prosinca	,, 16,45 h 4. studenoga
,, 7,30 h 19. ,,	,, 16,30 h 20. ,,
	,, 16,45 h 28. prosinca



U Samoborskom gorju: Pod Oštrcom

PLANINE U HRVATSKOJ

(Kratice u tekstu znače: (ž) željeznička stanica, (a) autobusna postaja, (p) parobrodarska postaja)

A. PLANINE IZMEĐU SAVE I DRAVE

1. Planine Hrvatskog Zagorja

Kuna gora, 520 m; — Prilaz: Pregrada (a).

Cesargradska gora, 509 m; — (Plan. dom). Prilaz: Klanjec (a).

Strahinjčica, 847 m; — (Plan. dom). Prilazi: Krapina (ž), Radoboj.

Ivančica. Prilazi: Budinščina (ž), Ivanec (ž), Lepoglava (ž), Lobor. Vrhovi: Ivančica 1.061 m. Plan. dom i piramida), Očura 747 m., Ham 678 m.

Macelj. Prilazi: Rogatec (ž), Lepoglava (ž)—Trakošćan, Krapina (ž)—Djurmanec. Vrhovi: Prevoj 715 m., Macelj 622 m. Znamenitosti: Trakošćanski grad i jezero.

Ravna gora. Prilazi: Lepoglava (ž), Ivanec (ž). Vrhovi: Tri kralja 680 m., Ravna gora 677 m. (Plan. dom).

Toplička gora, 366 m. Prilaz: Varaždinske Toplice.

2. Medvednica (Zagrebačka gora).

Prilazi: Zagreb (ž), Sesvete (ž), Kašina—Laz, Zelina (a), Stubičke Toplice (ž), Stubica (ž). Vrhovi: Sljeme 1.035 m. (Plan. dom i piramida), Puntijarka 1.023 m. (Plan. dom), Malo Sljeme 973 m., Veliki Plazur (Sv. Jakob) 876 m. (plan. dom), Rog 746 m.,

Drenova 574 m., Kameni Svatovi 489 m., Medvedgrad 587 m. Znamenitosti (prirodne): Pojave krša na Ponikvama, špilja Veternica.

3. Kalnik.

Prilaz: Križevci (ž). Vrhovi: Veliki Kalnik (Vranilac) 643 m. (Plan. dom), Mali Kalnik 569 m.

4. Bilogora.

Prilazi: Koprivnica (ž) Mučna-Reka (ž), Bjelovar (ž), Trojstvo (ž). Vrhovi: Rijeka 307 m., Bilo 297 m., Kamentovac (Plan. dom).

5. Moslavačka gora.

Prilazi: Novoselec-Križ (ž), Popovača (ž), Kutina (ž). Vrh: Hunka 489 m.

6. Slavonske planine.

Papuk. Prilazi: Daruvar (ž), Slatina (ž), Voćin (ž), Drenovac (ž), Požega—Velika (ž). Vrhovi: Papuk 953 m., Crni vrh 865 m., Ravna gora 856 m., Vrani Kamen 817 m. Znamenitosti: Jankovac šuma i vodopad. (Plan. dom).

Krndija. Prilazi: Našice (ž), Orahovica (ž), Kutjevo. Vrh: Kapovac 792 m.

Psunj. Prilazi: Požega (ž), Nova Gradiška (ž). Vrh: Brezovo polje 989 m.

Požeška gora. Prilazi: Požega (ž), Nova Gradiška (ž). Vrhovi: Kapavac 637 m., Maksimov hrast 616 m., Sokolovac 379 m.

Dilj gora. Prilaz: Slavonski Brod. Vrhovi: Mlakino Brdo 471 m., Lipovica 423 m.

Zima na Medvednici

B. DINARSKE PLANINE

1. Gorjanci.

Samoborsko gorje. Prilazi: Samobor (ž), Jastrebarsko (ž). Vrhovi: **Japetić** 871 m. (plan. dom), **Plješivica** 780 m., **Oštrc** 753 m. (plan. dom). Znamenitosti: Stari gradovi Samobor, Lipovec (plan. dom) i Okić 495 m., vodopad Cerinski vir, špilja Vilinske jame.

Žumberačko gorje. Prilazi: Metlika (ž), Novo Mesto (ž), Krndija (ž), Draganić (ž), Krašić—Sošice, Samobor (ž), Bregana—Stojdraga —Sošice. Vrhovi: Sv. Gera (Trdinin vrh) 1.181 m., Pleš 987 m. Znamenitosti: Ozaljgrad (pristup: Karlovac—Ozalj).

2. Zrinska Gora.

Prilazi: Glina (ž), Petrinja (ž). Vrhovi: Prisjeka 615 m., Šamarica 577 m., Cepeliš 415 m.

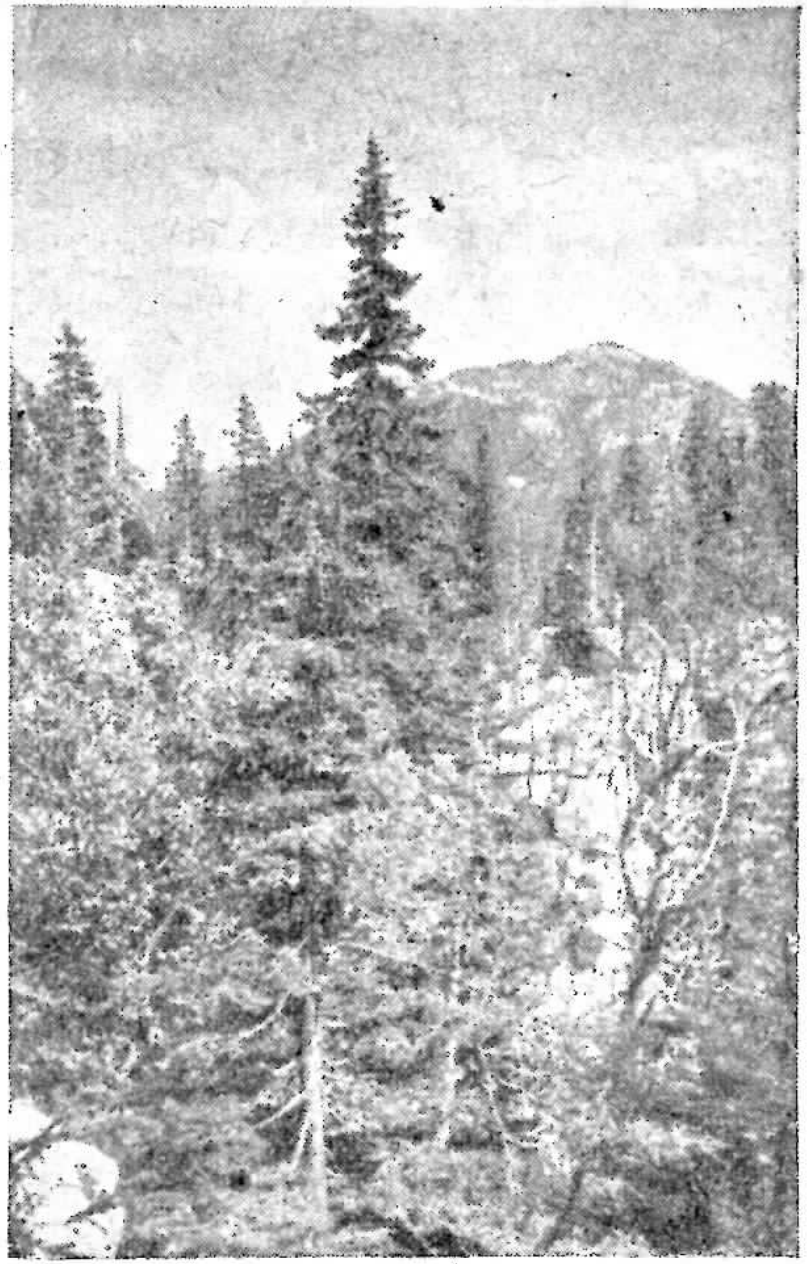
3. Petrova Gora.

Prilaz: Vrginmost (a). Vrh: Petrovac 507 m.

4. Velika Kapela.

Prilazi: navedeni za pojedine vrhove. Vrhovi: **Klek** 1.182 m., — prilazi: Ogulin (ž), Ogulin —Turković selo, Ogulin—Musulin potok. **Bjelolasica** 1.533 m. — prilazi: Ogulin (ž)— Jasenak, Ravna Gora, Lokve—Mrkopalj. **Velika Javornica** 1.375 m. — prilazi: Ogulin—Jasenak.

Bijele stijene 1.335 m. (plan. skloništc) — prilazi: Ogulin (ž)—Jasenak, Lokve (ž)— Mrkopalj—Tuk.



U Sjevernom Velebitu

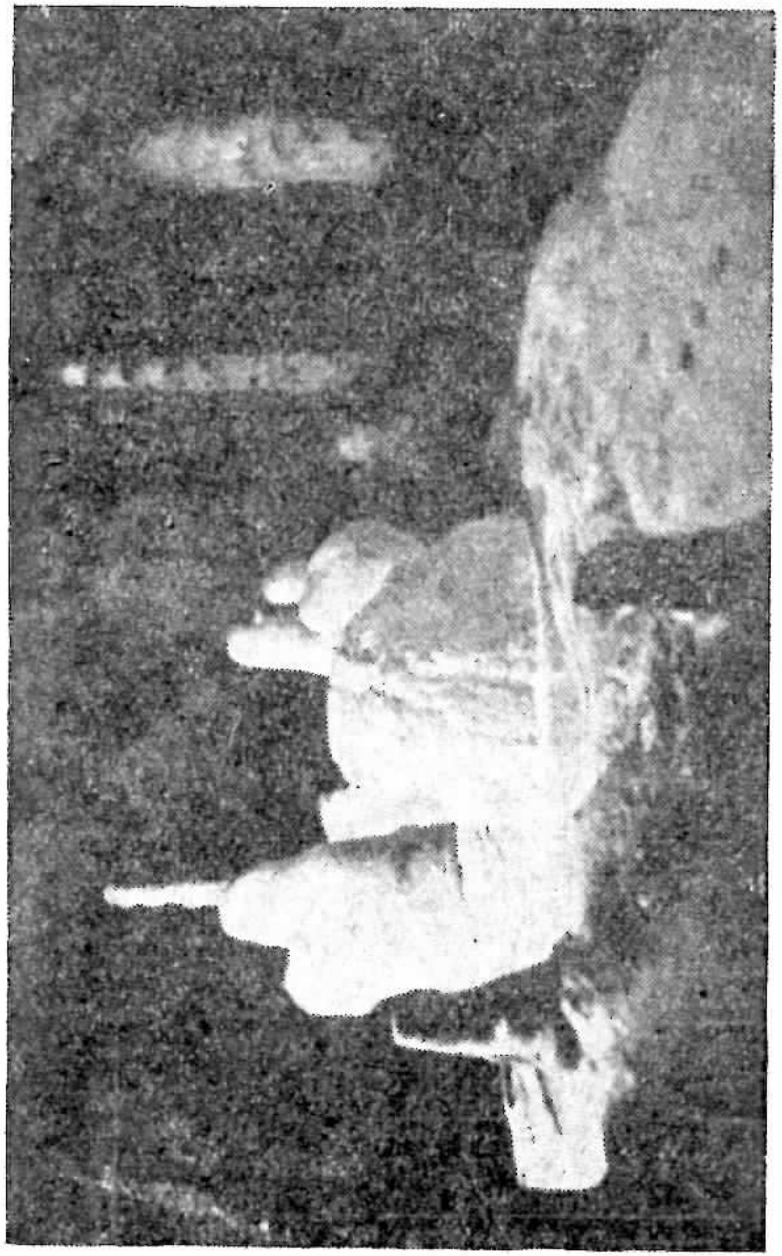
Samarske stijene 1.302 m., — prilaz: sa Bijelih stijena.
Kolovratske stijene 1.091 m. — prilazi: Ogulin (ž)—Jasenak—lugarnica Stalak, Novi Vinodol (p, a)—Ledenice.
Znamenitosti: Stijena Kleka (alpinističko vježbalište), zanimljivi krški oblici Bijelih, Samarskih i Kolovratskih stijena, brojne špilje.

5. **Mala Kapela.**

Prilazi: Plaški (ž), Vrhovine (ž). Vrh: Seliški vrh 1.280 m.
Znamenitosti: Plitvička jezera (turist. dom).

6. **Planine Gorskog Kotara.**

Prilazi: navedeni za pojedine vrhove. Vrhovi:
Skradinski vrh 1.044 m. — prilaz: Skrad (ž).
Petehovac 1.098 m. (plan. dom) — Prilaz: Delnice (ž).
Drgomalj 1.153 m. — prilaz: Delnice (ž).
Risnjak 1.528 m. (plan. dom u gradnji) — prilazi: Delnice (ž)—Crni Lug, Lokve (ž)—Mrzla Vodica, Fužine (Vrata) (ž)—Lepenice ili Fužine (Vrata) (ž)—Gornje Jelenje, Rijeka—Gornje Jelenje, Gerovo.
Snježnik 1.506 m. (plan. dom) — prilazi: Rijeka—Kamenjak—Platak, Lokve (ž)—Mrzla Vodica, Risnjak—Lazac.
Obruč 1.377 m. — prilazi: Rijeka (ž), Platak.
Veliki (Slovenski) Snježnik 1.796 m. — prilazi: Rijeka (ž), Ilirska Bistrica (ž), Čabar (a), Prezid (a).



Turkaljeva špilja — Lika

Bitoraj 1.385 m. — prilazi: Vrata (ž) (plan. sklonište), Fužine (ž), Lič (ž).
Viševica 1.428 m. — prilazi: isto kao za Bitoraj.
Tuhobić 1.106 m. — prilazi: Vrata (ž), Fužine (ž), Zlobin (ž).
Jelenčić 1.106 m. — prilazi: isto kao za Tuhobić.
Medvedjak 1.027 m. — prilazi: Lič (ž), Crikvenica (p, a).
Zagradski vrh 1.185 m. — prilazi: isto kao za Mevedjak.
Znamenitosti: izvor Kupe, Zeleni Vir kod Skrada, Lokvarska špilja, špilja Vrelo kod Fužina i špilja Hajdova Hiža pod Drgomaljem, jezero vinodolske hidrocentrale, krš Pakleno nad Rijekom, Risnjačke Bijele stijene.

7. Učka.

Prilazi: Opatija (p, a), Lovran (p, a), Mošćenica (p, a). Vrh: Učka 1.396 m.

8. Velebit.

Sjeverni Velebit. — Prilazi: Vrhovine (ž)—Otočac—Krasno, Senj (p), Sv. Juraj (p), Starigrad kod Senja (p), Jablanac (p).
Vrhovi: Konačišta (Senjsko Bilo) 1.494 m., Jadičeva Plan (Senjsko Bilo) 1.417 m., Mali Rajinac 1.699 m., Veliki Zavižan 1.677 m., Vučjak 1.645 m. (plan. dom), Gromovača 1.675 m., Crikvena 1.630 m., Varnjača 1.540 m., Krajačev Kuk 1.690 m., Veliki Kozjak

U kanjon.. Zrmanje

1.620 m. Znamenitosti: Rožanski i Hajdučki kukovi, vidici na more, Liburnijski i rimski spomenici u Lomskoj dulibi.

Srednji Velebit. — Prilazi: Jablanac (p)—Alan, Karlobag (p)—Oštarije, Gospić (ž)—Oštarije. Vrhovi: Šatorina 1.624 m., Zečjak 1.623 m., Bačić-Kuk 1.306 m. (plan. dom). Znamenitosti: šuma Štirovača, ponikve Dabri.

Južni Velebit. — Prilazi: Gospić (ž)—Divoselo, Medak (ž), Sv. Rok (ž), Gračac (ž), Karlobag (p)—Oštarije, Starigrad—Paklenica (p), Obrovac (p). Vrhovi: Visočica 1.619 m., Vaganjski Vrh 1.798 m., Golići 1.758 m., Malovan 1.708 m., Sv. Brdo 1.753 m., Tulove Grede 1.127 m., Crnopac 1.404 m. Znamenitosti: prodor Velike i Male Paklenice, Tulove Grede, kanjon Zrmanje, špilje Manita peć i Vodarica.

9. Lička Plješivica.

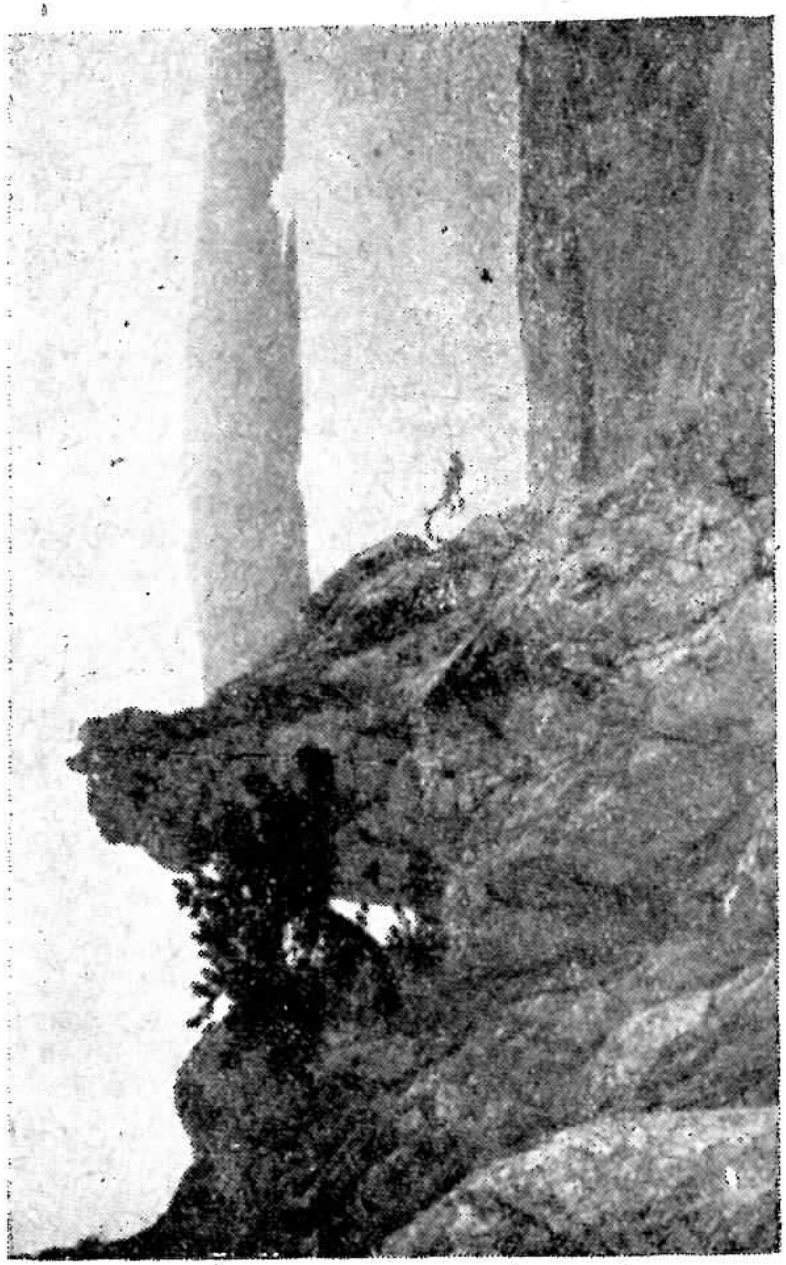
Prilazi: Vrhovine (ž) Plitvička jezera—Priboj, Titova Korenica (a), Bihać (ž)—Zavalje, Udbina (a) Donji Lapac (a). Vrhovi: Gola Plješivica 1.649 m., Trovrh 1.622 m., Ozeblin 1.657 m.

10. Sjeverno-dalmatinske planine.

Dinara. — Prilazi: Knin (ž) Vrlika (a), Sinj (ž). Vrhovi: Dinara 1.831 m., Troglav 1.913 metara.

Kamešnica 1.849 m. — Prilazi: Sinj (ž), Prolog, Livno (a).

Kozjak 1.207 m — Prilazi: Knin (ž), Siverić (ž), Vrlika.



Biokovo

Svilaja 1.509 m. — Prilazi: Vrlika, Sinj (ž).
Promina 1.148 m. — Prilazi: Knin (ž), Siverić (ž).

11. Južno-dalmatinske planine.

Kozjak 788 m. — Prilazi: Kašteli (ž, p), Split (ž, p).
Mosor 1.330 m. (plan. dom). — Prilazi: Split (ž, p)—Gornje Sitno, Solin, (ž), Omiš (p, a). Znamenitosti: špilja Vranjača.
Biokovo. — Prilazi: Podgora (p), Makarska (p), Baša Voda (p), Brela. Vrhovi: Sv. Jure 1.762 m., Sv. Ilija 1.640 m., Kimet 1.563 m., Vošac 1.421 m. (plan. dom).
Sv. Ilija (Pelješac) 961 m. — Prilaz: Orebić (p).
Snježnica 1.234 m. — Prilazi: Dubrovnik (ž, p), Cavtat (p).

12. Planine na otocima.

Krk: Veli Vrh 541 m. — Prilaz: Baška.
Rab: Kamenjak 408 m.
Pag: Sv. Vid 348 m.
Cres: Zec 638 m.
Lošinj: Osorščica 588 m.
Dugi otok: Vela Straža 336 m.
Brač: Vidova Gora 778 m. — prilazi: Supetar, Bol.
Hvar: Sv. Nikola 626 m.
Vis: Hum 587 m. — Znamenitost: Modra špilja na Biševu.
Korčula: Klupča 568 m.
Lastovo: Hum 417 m.
Mljet: Veli Grad 514 m.

VAŽNIJI PLANINSKI VRHOVI PREKO 1000 m VISINE U N. R. HRVATSKOJ

Vrhovi preko 1500 m

Troglav (Dinara) (vrhom prolazi granica N. R. Bosne i Hercegovine)	1913 m.
Kamešnica (vrhom prolazi granica N. R. Bosne i Hercegovine)	1849 „
Dinara (Dinara)	1831 „
Vaganjski Vrh (Južni Velebit)	1798 „
Sv. Jure (Biokovo)	1762 „
Golići (Južni Velebit)	1758 „
Sv. Brdo (Južni Velebit)	1753 „
Malovan (Južni Velebit)	1708 „
Mali Rajinac (Sjev. Velebit)	1699 „
Vel. Zavižan (Sjev. Velebit)	1677 „
Gromovača (Sjev. Velebit)	1675 „
Ozeblin (Lička Plješivica)	1657 „
Gola Plješivica (Lička Plješivica) (vrhom prolazi granica N. R. Bosne i Hercegovine)	1649 „
Vučjak (Sjev. Velebit)	1645 „
Sv. Ilija (Biokovo)	1640 „
Crikvena (Sjev. Velebit)	1630 „
Šatorina (Sred. Velebit)	1624 „
Zečjak (Sred. Velebit)	1623 „
Trovrh (Lička Plješivica)	1622 „
Visočica (Južni Velebit)	1619 „
Kimet (Biokovo)	1563 „
Bjelolasica (Vel. Kapela)	1533 „
Risnjak (Gorski Kotar)	1528 „
Svilaja (Sjev. Dalmacija)	1509 „
Snježnik (Gorski Kotar)	1506 „

II. Vrhovi od 1000 do 1500 m.

Konačište (Senjsko Bilo)	1494 m.
Viševica (Gorski Kotar)	1428 ,,
Vošac (Biokovo)	1421 ,,
Jadičeva Plan (Seni. Bilo)	1417 ,,
Crnopac (Južni Velebit)	1404 ,,
Učka (Istra)	1396 ,,
Bitoraj (Gorski Kotar)	1385 ,,
Obruč (Gorski Kotar)	1377 ,,
Vel. Javornica (Vel. Kapela)	1375 ,,
Bijele stijene (Vel. Kapela)	1335 ,,
Mosor (Južna Dalmacija)	1330 ,,
Bačić Kuk (Sred. Velebit)	1306 ,,
Seliški Vrh (Mala Kapela)	1280 ,,
Snježnica (Južna Dalmacija)	1234 ,,
Kozjak (Sjev. Dalmacija)	1207 ,,
Klek (Vel. Kapela)	1182 ,,
Sv. Gera (Gorjanci)	1181 ,,
Drgomalj (Gorski Kotar)	1153 ,,
Promina (Sjev. Dalmacija)	1148 ,,
Tulove Grede (Juž. Velebit)	1127 ,,
Tuhobić (Gorski Kotar)	1106 ,,
Crni Vrh (Vel. Kapela)	1102 ,,
Petehovac (Gorski Kotar)	1098 ,,
Ivančica (Hrv. Zagorje)	1061 ,,
Skradski Vrh (Gor. Kotar)	1044 ,,
Sljeme (Medvednica)	1035 ,,
Medvedak (Gorski Kotar)	1027 ,,
Puntijarka (Medvednica)	1023 ,,

NAJVIŠI PLANINSKI VRHOVI U FNR JUGOSLAVIJI

1.	Triglav (Julijske Alpe)	2863 m.
2.	Golemi Korab (Makedonija)	2764 ,,
3.	Škrlatica (Julijske Alpe)	2738 ,,
4.	Turčin (Šar planina)	2702 ,,
5.	Mangart (Julijske Alpe)	2678 ,,
6.	Borislajec (Rudoka pl., Maked.)	2662 ,,
7.	Đeravica (Prokletije)	2656 ,,
8.	Visoki Rokav (Julijske Alpe)	2646 ,,
9.	Jalovec (Julijske Alpe)	2643 ,,
10.	Bistra (Šar planina)	2640 ,,
11	Čaušica (Šar planina)	2604 ,,
12.	Razor (Julijske Alpe)	2601 ,,
13.	Perister (Makedonija)	2600 ,,

U masivu planine Korab u Makedoniji postoji kod gorskog prijelaza Velika Korabska Vrata bezimena kota visine 2683 m., koja bi bila po visini peti vrh u Jugoslaviji.

NAJVIŠI PLANINSKI VRHOVI U FNRJ PO NARODNIM REPUBLIKAMA

I. Slovenija

1.	Triglav	2863 m.
2.	Škrlatica	2738 m.
3.	Mangart	2678 m.

II. Hrvatska

1.	Troglav (Dinara)	1913 m.
2.	Kamešnica	1849 m.
3.	Dinara (Dinara)	1831 m.

III. Bosna i Hercegovina

1.	Maglić	2387 m.
2.	Velika Čvrsnica	2228 m.
3.	Zelena Glava (Prenj)	2123 m.

IV. Srbija

1.	Đeravica	2656 m.
2.	Pogled (Mokra pl.)	2155 m.
3.	Suvo Rudište (Kopaonik)	2017 m.

V. Makedonija

1.	Golemi Korab	2764 m.
2.	Turčin	2702 m.
3.	Borislajec	2662 m.

VI. Crna Gora

1.	Marijaš (Prokletije)	2530 m.
2.	Bobotov Kuk (Durmitor)	2522 m.
3.	Komovi	2483 m.

NAJVIŠI PLANINSKI VRHOVI U EVROPI

1.	Elbrus (Kavkaz)	5629 m.
2.	Mont Blanc (Alpe)	4810 „
3.	Monte Rosa (Alpe)	4638 „
4.	Dom (Alpe)	4554 „
5.	Lyskamm (Alpe)	4538 „
6.	Weisshorn (Alpe)	4512 „
7.	Matterhorn (Alpe)	4505 „

NAJVIŠI PLANINSKI VRHOVI ZA ZEMLJI (PREKO 8000 m)

1.	Mount Everest (Čomolungma), (Himalaja)	8882 m.
2.	Peak K II (Karakorum)	8619 „
3.	Kangčendzenga (Himalaja)	8579 „
4.	Makalu (Nepal-Himalaja)	8488 „
5.	Daulagiri (Nepal-Himalaja)	8180 „
6.	Čo Oju (Nepal-Himalaja)	8153 „
7.	Nanga Parbat (Himalaja)	8125 „
8	Peak XXX (Nepal-Himalaja)	8125 „
9.	Morshiadi (Nepal-Himalaja)	8105 „
10.	Anapurna (Nepal-Himalaja)	8078 „
11	Hidden Peak (Karakorum)	8068 „
12	Broad Peak (Karakorum)	8047 „
13.	Gasherbrum II (Karakorum)	8035 „
14	Gosainthan (Nepal-Himalaja)	8014 „

NAJVIŠI PLANINSKI VRHOVI NA ZEMLJI (PO KONTINENTIMA)

Evropa: Elbrus (Kavkaz)	5629	m.
Mont Blanc (Alpe)	4810	,,
Azija: Mount Everest (Himalaja) . .	8882	,,
Afrika: Kibo (Kilimandžaro)	6010	,,
Sjeverna Amerika: Mount MacKinley (Aljaška)	6187	,,
Južna Amerika: Aconcagua (Ande) .	7039	,,
Australija: Mount Townsend (Australske Alpe)	2241	,,
(Nova Gvineja): Carstenz vrh . .	4788	,,
Oceanija: Mauna Kea (Havaji) — vulkan	4206	,,
Antarktik: Mount Markham	4600	,,

VAŽNIJE MJERE I PODACI

1 stupanj na ekvatoru = 15 geografskih milja = . .	111.307	km
1 geografska milja . . .	7.420,46	m
1 engl. milja = 1760 jar. =	1.609,35	m
1 morska milja	1.855,15	m
1 jard = 3 stope = . . .	91,44	cm
1 engleska stopa	30,48	cm
1 engleski palac (inč) . .	25,40	mm
1 engleska funta (lbs) . .	0,453	kg
1 km^2 = 100 hektara (ha) =	1,000 000	m^2
1 hektar = 100 ari (a) =	10.000	m^2
1 četvorni hvat	3,5966	m^2
1 jutro	0,5755	ha

1 m^3 novoga snijega teži 80—190 kg
1 m^3 odležanog, mokrog snijega teži 200—800 kilograma.

O VREMENU

Mnogi užitak u planinarstvu a i mnoga planinarska nesreća često su neposredno povezani sa vremenom, koje vlada u dotičnom planinskom kraju, gdje se planinarski ili penjački podvig vrši. Zbog toga je za svakog planinara od velike važnosti da znade barem približno prosuditi kakovo će biti vrijeme. Treba naglasiti, da se potpuno sigurne vremenske prognoze za jedno veće područje ne mogu postavljati samo na temelju lokalnih opažanja, nego se za to mora raspolagati izvještajima jedne veće meteorološke mreže. Zbog toga se i planinar prije svakog daljeg izleta, koji bi bio upravljen u udaljenije krajeve, skopčan s većim troškovima ili težak za ponoviti, mora upoznati sa posljednjim izvještajima naše hidro-meteorološke službe. Svakako, uz pouzdani i doista »posljednji« meteorološki izvještaj, svaki planinar treba za prosuđivanje vremena imati još i dosta vlastitog iskustva, koje se može steći motrenjem različitih vremenskih i drugih prirodnih pojava. Naročito je to potrebno neposredno prije polaska na planinarenje, zatim na samome planinarskom terenu.

Konačno valja spomenuti, da su i prognoze iskusnih seljaka i uopće stanovnika onog planinskog područja u kome se krećemo često veoma korisne, naročito za nagle lokalne vremenske promjene.

Kod prosudivanja vremena po vlastitom opažanju možemo se uglavnom pridržavati slijedećih uputa:

A) **Barometar**

Postepeni porast tokom više dana —
Porast u jednom danu za par mm —
Neznatan pad tokom poslijepodneva —
lijepo vrijeme

Izmjenični porast i pad u skokovima —
Nagli porast na osobitu visinu —
Nagli porast tokom jednog dana —
Nagli porast poslije ili za vrijeme oborine
Porast tokom par sati za 4—6 mm —
nestalno, na mahove lijepo.

Postepeni pad tokom vise dana —
Pad tokom jednog dana —
Pad tokom prijepodneva —
oborina.

Nagli pad (osobito ljeti) —
nevrijeme, oluja, pljusak, tuča, grmljavina.

B) **Vlaga (Higrometar)**

Niska ili u padu —
lijepo vrijeme

Bez promjene —
nestalno vrijeme

Visoka ili u porastu —
oborina, nevrijeme

C) **Oblaci i magle**

Vedro —
Lagane mrežice ili kovrčice (cirrusi) —
Visoki oblaci, mirujući ili dolazeći s istoka
Magle koje padaju —
U planinama oblaci koji silaze —
lijepo vrijeme

Nepravilni oblaci u raznim visinama —
nestalno vrijeme

Bijeli oblačići ili ovčice (cirrocumulus)
dolazeći sa zapada
Gomilasti oblaci (cumulus)
dolazeći sa zapada —
Sivi oblaci velikog prostranstva (stratus) —
Gust, crn oblak (pogibeljan samo za smjer kretanja) —
Ljetne magle —
Magle koje se dižu —
oborina

Jutarnji dugoljasti prozirni oblaci na zapadu, sa tamnijom jezgrom, koji se kasnije izgube —
Gomilasti oblaci (cumulus) koji se naglo dižu, a rubovi im se raspadaju —
Oblak u obliku nakovnja (cumulo-nimbus)
Gusti oblaci neobičnog oblika —
Vrlo gusti, crvenkasti, niski oblak (tuča)
Maglena kapa na vrhuncima —
nevrijeme, oluja, pljusak. tuča, grmljavina.

D) **Vjetar**

Sjevernjak ili sjeveroistočnjak (bura) —
Noćni i jutarnji povjetarac sa vrhova u dolinu —
lijepo vrijeme

Nestalni, promjenljivi vjetar —
nestalno vrijeme

Južnjak, jugozapadnjak ili zapadnjak (jugo)
Vjetar, koji na visini struji u raznim smjerovima —
Noćni i jutarnji povjetarac iz doline prema vrhovima —
oborina

Tišina, a zatim nagli vjetar (naročito ljeti)
nevrijeme, oluja, pljusak, tuča

E) **Nebo**

Blago modro ili jasno modro —
Blago večernje rumenilo čistih boja —
lijepo vrijeme

Tamnomodro, zelenkasto —
Rumeno u zoru —
oborina

F) **Vidik**

Vidik nejasan, horizont dalek, konture mutne (ljeti) —
lijepo vrijeme

Vidik jasan, horizont bliz, konture jasne (ljeti) —
oborina

Razna opažanja:

Kolobari oko sunca i mjeseca loš su vremenski znak.

Pred oluju zrak je miran i sparno je. Muhe su dosadne. Ako oluja dode u večer, noću ili u jutro, biti će redovno barem jedan kišoviti dan.

Pogoršanje vremena predosjećaju dobro i ljudi i životinje. Reumatični bolesnici predosjećaju kišovito vrijeme po bolovima i trganjima u bolesnim dijelovima tijela često i do 2 dana unaprijed. Neki imaju pritisak u glavi ili srčane poteškoće. Lastavice prije kiše lete nisko, ribe skaču iz vode, pauci ne pletu mrežu, a krtice prave visoke krtičnjake.

Napomene za zimu:

Vjetar sjeveroistočnjak donosi zimi kod vedrog neba i visokog barometarskog pritiska (barometar u porastu) veliku studen, a kod niskog pritiska (barometar u padu) snježnu mećavu. Što je veća studen to je manja mogućnost za novi snijeg.

Znakovi »juga« su magla, mnogo inja u jutro, »znojenje« kamenja i padanje snijega noću.

Snijeg postaje za skijaše loš samo onda, kad raste temperatura kod zastrtog neba, a ne kod sunčanog, toplog vremena.

U stijeni

1. Oprema za izlete od 1—2 dana.

cipele okovanke ili sa rebrastim gumenim džonom
hlače duge ili kratke (prema vremenu i godišnjoj dobi)
košulja i gaće platnene ili od flanela (ne svila!)
čarape obične i debele
vuneni prsluk (pulover)
vjetrovka (vindjaka) ili ogrtač za zaštitu od vjetra i kiše
rezervno rublje (košulje, gaće, čarape, maramice)
kapa ili šešir
naprtnjača (ruksak) ili torbica
kutija ili vrećica s rezervnom hranom
boca za vodu (najbolje aluminijska čutura)
čaša
sol
džepni nož
sat
šibice
ručnik (mali), češalj, sapun
džepna svjetiljka
zaštitne naočale (zelene ili sivo-smeđe)
mast ili ulje za zaštitu od sunca i vjetra
cjevčica jodne tinkture
zemljopisna karta
planinarski vodič (knjiga) — po potrebi
olovka, papir
kompas
zviždaljka

nešto jakog konopca
rezervni žniranci
2—3 sigurnosne igle
novac, legitimacija, ključevi od stana

2. Nadopuna za dulji boravak u planinama

šator, vreća za spavanje ili gunj (ćebe)
vunene rukavice
gležnjaci (gamaše)
papuče (za planinarsku kuću)
štitnici za uha
kuhalo i gorivi materijal
planinarski nož ili sjekirica
pribor za brijanje
četka za zube
pribor za šivanje
četka i mazivo za cipele
putna ljekarna (apoteka)

3. Nadopuna za penjačke i visoko-alpske uspone

uže (penjačko) i komadi užeta
jaki konopac
papuče za penjanje
vrećica za planinarske cipele
kladivo, klinovi, karabineri
karike i petlje za spuštanje po užetu
listići za markiranje
cepin sa zamkom za ruku
dereze sa vezama

4. Nadopuna za zimske izlete i uspone sa skijama

skije sa vezovima i paiicama
skijaške cipele
krzna za skije (»cucki«)
rezervni vuneni prsluk (pulover)
duge gaće
rezervne vunene rukavice
nepromočive rukavice
rezervno remenje, malo žice i konopca
rezervni (aluminijski) vršak za skije
mazivo za skije (voskovi)
pluto
novinski papir
crvena vrpca za usove (lavine)

5. Nadopuna prema ličnom izboru

termos-boca
štap
naliv-pero
foto-aparat
dalekozor
visinomjer
torba za zemljopisne karte

U pogledu odjeće bolje je više komada tanke i lagane odjeće, nego malo komada debele i teške.

U pogledu hrane kod planinarenja, razumljivo je da će svatko postupiti po svome ličnom izboru i mogućnostima.

Gdje god se može, preporučuje se hranu potražiti u opskrbljenim planinarskim kućama, a svoje rezerve trošiti na mjestima i u predjelima gdje nema drugih mogućnosti.

Hrana treba da bude lako probavljiva, jer izmoreni organizam ne podnosi tešku hranu. Kalorična vrijednost treba da je zimi veća nego ljeti. Zbog toga zimi treba više masne i bjelančaste hrane, dok su ljeti slatka jela i voće u prednosti.

Šećer (slatke stvari) naročito brzo prelazi u krv, pa se preporučuje u svakoj prilici. Potreba za slatkim jelima i voćem (suhim ili svježim) često je nakon velikih napora veća nego za mesom i slaninom, pa treba po mogućnosti tijelu pružiti ono što samo zahtijeva. U našim krškim krajevima često se može dobiti kiselo mlijeko, koje je kod planinarenja vrlo korisno. Alkohola se treba kloniti.

Vodu piti umjereno i usred ljeta, da ne nastaje prejako znojenje ili crijevne poteškoće. Na kraćim izletima uopće nije potrebno mnogo jesti, već je bolje obilno i dobro se nahraniti po završenoj dnevnoj turi ili nakon povratka kući, kad je tijelo već odmoreno od neposrednog napora.

GORSKA SLUŽBA SPASAVANJA

Kod većih nezgoda ili unesrećenja u planini, ili u slučajevima kad planinari zalutaju u posve nepoznatim predjelima pruža im se drugarska pomoć preko organizacije Gorske službe spasavanja (GSS) koja je formirana i u okviru Planinarskog saveza Hrvatske.

Obavijesti za GSS šalju se hitno sa mjesta potrebe na najbližu planinarsku kuću, planinarsko društvo ili Planinarski savez Hrvatske. Tel. 37-316.

Zima u planini

POPIS PLANINARSKIH KUĆA I SKLONIŠTA U JUGOSLAVIJI

I. N. R. HRVATSKA

MEDVEDNICA

»Tomislavov dom« na Sljemenu — planinarski hotel, opskrbljen preko cijele godine. Prilazi: Zagreb—Šestine. Zagreb—Gračani.

Dom na Sljemenu — Uprava PD »Zagreb«, 6 ležaja, opskrbljen preko cijele godine. Prilaz: Zagreb—Gračani—Sljeme, Stubičke Toplice — Sljeme.

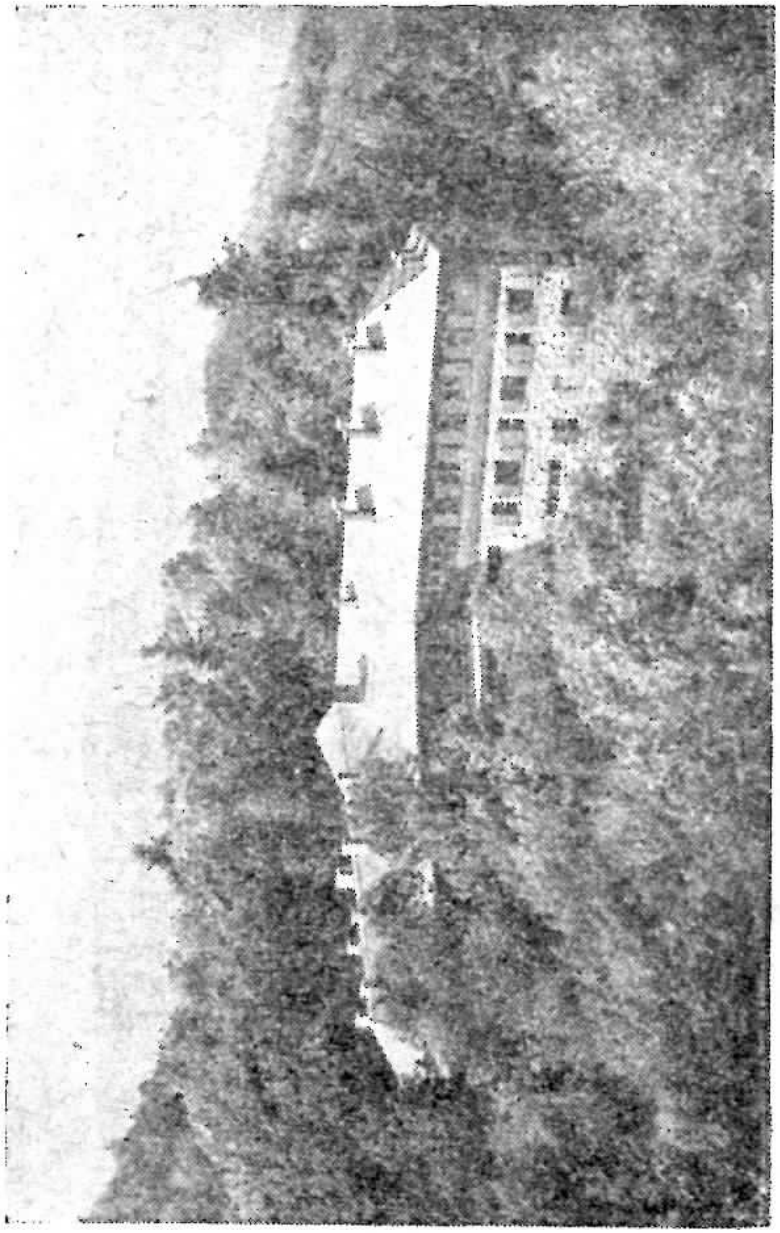
Dom na Glavici — Uprava PD »Susedgrad«, Podsused, 40 ležajeva, opskrbljen preko cijele godine. Prilaz: Zagreb—Vrapče—Glavica, Stenjevec Gornji—Glavica, Podsused—Glavica.

Dom nad Vugrovcem (Istočna Medvednica) — Uprava PD »Prigorac«, Zagreb, 20 ležajeva, opskrbljen preko cijele godine. Prilaz: Zagreb—Dubrava—Vugrovec, Sesvete—Vugrovec.

Skloniste na Gorščici — Uprava PD »Zagreb«, 8 ležajeva, bez opskrbe. Prilaz: Zagreb—Dubrava—Slanovec—Gorščica, Sljeme—Rauhova lugarnica—Gorščica.

Dom na Puntijarki — Uprava »PD Zagreb«, 30 ležajeva, dom je izgrađen u 1951. god., a opskrba počinje u polovici 1952. god. Prilaz: Zagreb—Gračani—Puntijarka.

Dom na Sv. Jakobu (pod Malim Sljemenom) — Uprava PD »Grafičar«, Zagreb, 40 ležajeva. Dom će biti dovršen i predan prometu u drugoj polovici 1952. god. Prilaz Zagreb—Šestine—Sv. Jakob, Zagreb—Tomislavov dom—Sv. Jakob.



Tomislavov dom na Sljemenu

SAMOBORSKO GORJE

Dom na Oštrcu — Uprava PD »Željezničar«, Zagreb, 36 ležajeva, opskrbljen kroz cijelu godinu. Prilaz: Samobor—Rude—Oštrc, Jaska—Plješivica—Prekrižje—Oštrc.

Dom pod Lipovcem — Uprava PD »Samobor«, 24 ležaja, opskrbljen kroz cijelu godinu. — Prilaz: Samobor—Smerovišće—Lipovec.

Dom na Japetiću — Uprava PD »Jastrebarsko« — 25 ležajeva. Dom je u gradnji i bit će dovršen u drugoj polovici 1952. god. — Prilaz: Jastrebarsko—Sv. Jana—Japetić, Samobor—Smerovišće—Japetić.

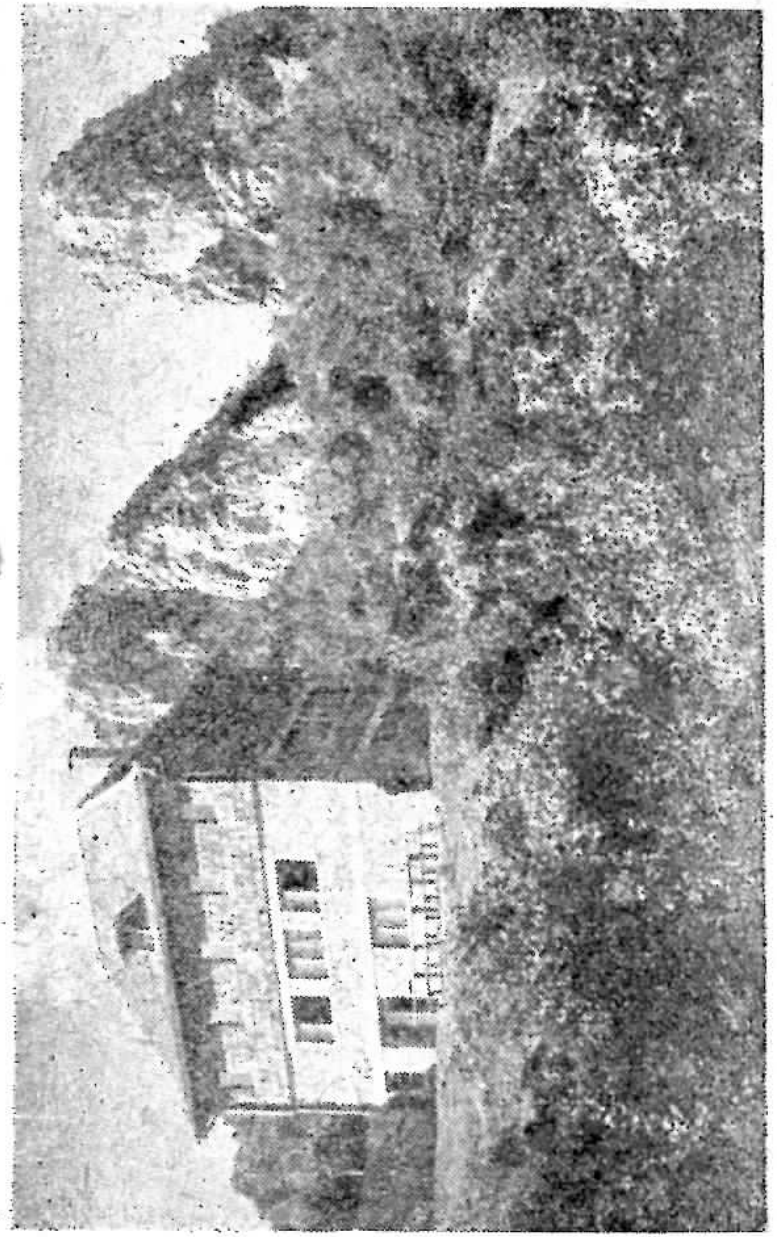
HRVATSKO ZAGORJE

Dom na Strahinjčici — Uprava PD »Krapina«, 30 ležajeva, opskrbljen kroz cijelu godinu. Prilaz: Krapina—Rudnik—Strahinjčica.

Dom na Ivančici — Uprava PD »Ivanec«, 20 ležajeva, opskrbljen kroz cijelu godinu. Prilaz: Ivanec—Ivančica, Budinščina—Belec—Ivančica.

Dom na Cesargradu — Uprava PD »Klanjec«, 14 ležajeva, opskrbljen preko sezone i prema potrebi. Prilaz: Klanjec—Cesargrad, Tuheljske toplice — Cesargrad, Zelenjak kod Klanjca—Cesargrad.

Dom na Ravnoj gori — Uprava PD »Varaždin«, 40 ležajeva, opskrbljen preko cijele godine. Prilaz: Lepoglava—Kamenica—Ravna gora.



Planinarski dom na Kalniku

KALNIK

Dom na Kalniku — Uprava PD Križevci«, 40 ležajeva, opskrbljen preko cijele godine. — Prilaz: Križevci—Kalnik.

BILOGORA

Dom na Kamentovcu — Uprava PD »Bjelovar«, 40 ležajeva, opskrbljen kroz cijelu godinu. Prilaz: Bjelovar—Kamentovac, Želj. st. Sv. Trojstvo—Kamentovac.

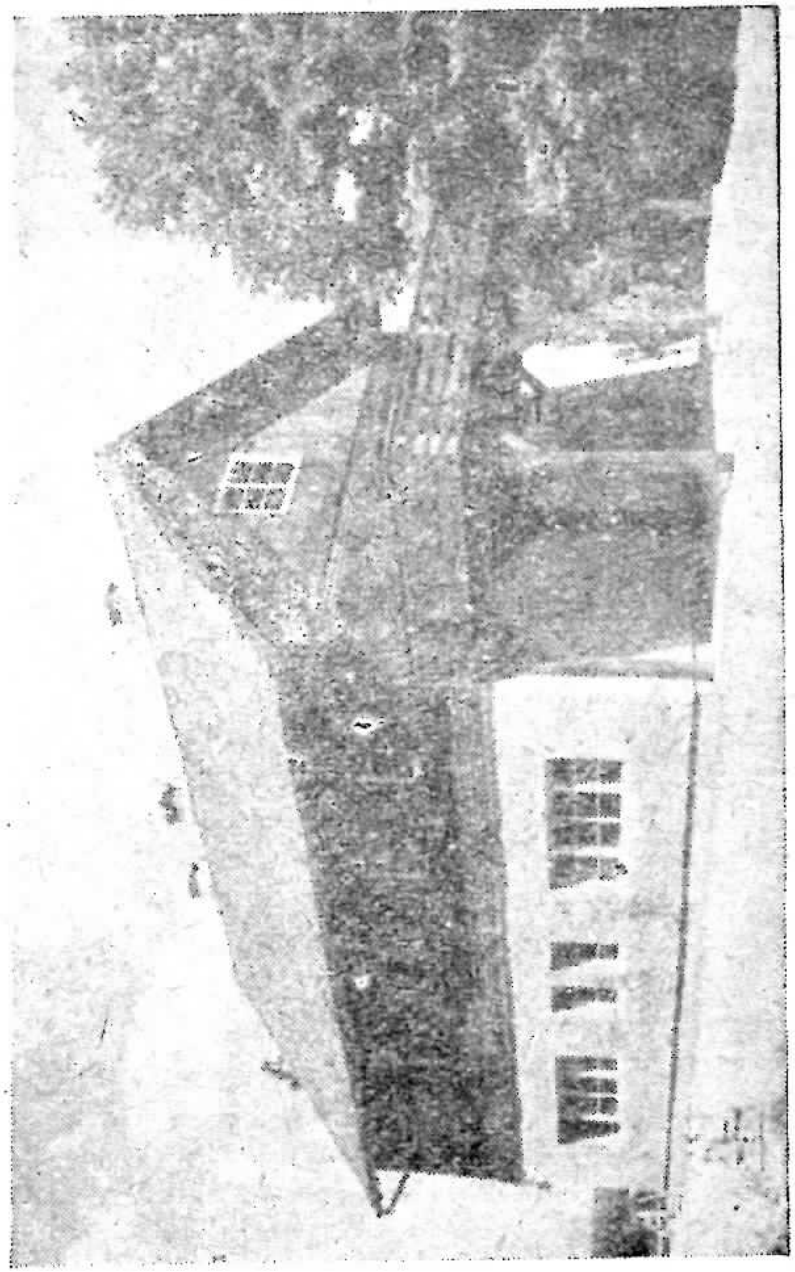
SLAVONSKE PLANINE

Dom na Jankovcu — Uprava PD »Osijek«, 50 ležajeva, Dom je izgrađen 1951. god., a opskrba počinje u lipnju 1952. Prilaz: Slatinski Drenovac—Jankovac, Sl. Požega—Velika—Jankovac.

Dom na Brodskom Vinogorju — Uprava PD »Slavonski Brod«, 15 ležajeva, Dom je uređen 1951. god., a opskrba počinje u lipnju 1952. god. Prilaz: Sl. Brod—Brodsko Vinogorje.

VELIKA KAPELA

Skloniste na Bijelim stijenama — Uprava PD »Mrkopalj«, 20 ležajeva, bez opskrbe. Ključevi se nalaze u PD »Mrkopalj« u Mrkoplju i u Mjesnom N. O. Jasenak. Objekt je u popravku i bit će otvoren u lipnju 1952. — Prilaz: Ogulin—Jasenak—Bijele stijene, Lokve—Mrkopalj—Tuk—Carevica—Bijele stijene.



Planinarski dom na Kamentovcu-Bilogora

GORSKI KOTAR

Dom na Petehovcu — Uprava PD »Delnice«, 40 ležajeva, opskrbljen kroz cijelu godinu. Prilaz: Želj. st. Delnice—Petehovac, Mrkopalj—Petehovac.

Skloniste u Vratima — Uprava PD »Grafičar«, Zagreb, 15 ležajeva, bez opskrbe. Skloniste se nalazi u kući Kauzlarić Franje u blizini želj. st. Vrata na pruzi Zagreb—Rijeka.

Dom na Risnjaku — Uprava PD »Delnice«, 30 ležajeva. Dom je u izgradnji a biti će dovršen u drugoj polovici 1952. god. Prilaz: Delnice—Crni Lug—Risnjak, Lokve—Mrzla Vodica—Medveđa Vrata—Risnjak, Fužine——Gornje Jelenje—Risnjak.

Dom na Snježniku — Uprava PD »Rijeka«, 24 ležaja, opskrbljen kroz cijelu godinu. — Prilaz: Rijeka—Kamenjak, Platak—Snježnik, Risnjak—Snježnik.

Dom na Platku — Uprava PD »Rijeka«, 50 ležajeva, opskrbljen kroz cijelu godinu. — Prilaz: Rijeka—Kamenjak—Platak, Risnjak—Snježnik—Platak.

VELEBIT

Dom na Zavižanu (Sjeverni Velebit) — Uprava PD »Senj«, 24 ležaja Dom je u izgradnji i biti će otvoren u drugoj polovici 1952. g. Prilaz: Sv. Juraj kod Senja—Oltari—Zavižan, Starigrad kod Senja—Zavižan.

Dom na Platku (1111 m)

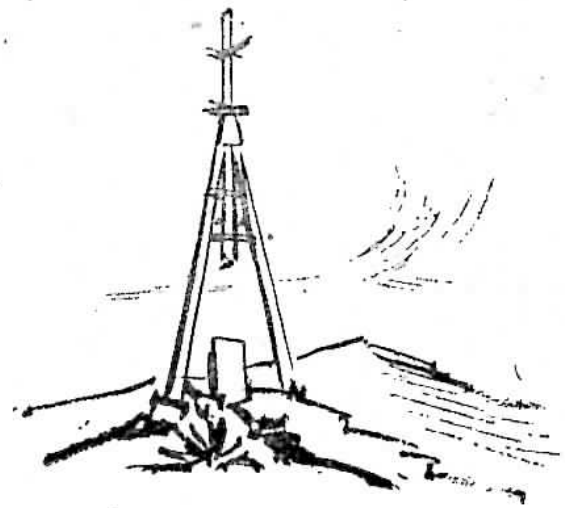
Dom na Bačić Kosi (Srednji Velebit) — Uprava PD »Gospić«, 14 ležajeva. Dom je u izgradnji a biti će otvoren u lipnju 1952. g. Prilaz: Gospić—Baške Oštarije—Bačić Kosa, Karlobag—Velebno—Bačić Kosa, Zavižan—Alan—Bačić Kosa.

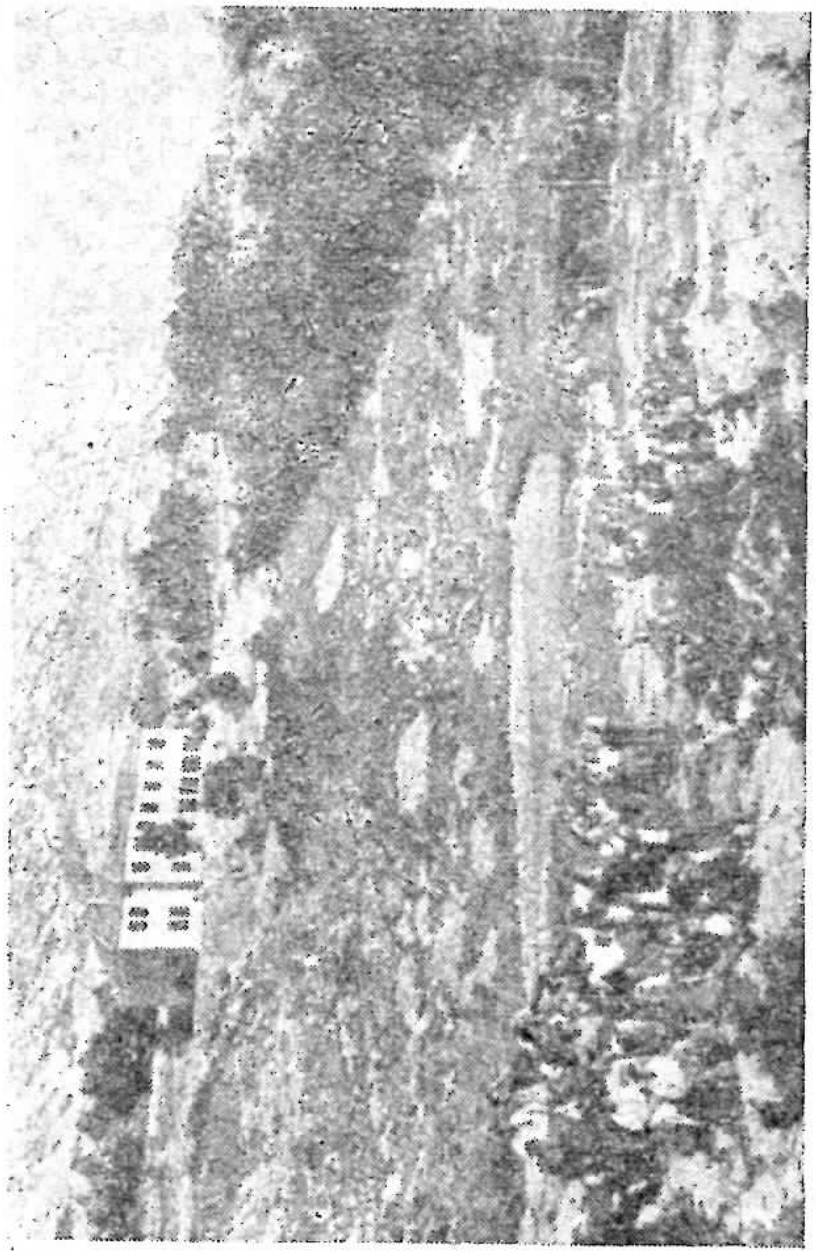
DALMATINSKE PLANINE

Dom na Mosoru — Uprava PD »Split«, 36 ležajeva. opskrbljen kroz cijelu godinu. Prilaz: Split—Gornje Sitno—Mosor.

Dom na Biokovu — Uprava PD »Makarska«, 46 ležajeva, opskrbljen kroz cijelu godinu. Prilaz: Makarska—Biokovo.

Dom na Vrbanji — Uprava PD »Dubrovnik«, 20 ležajeva, opskrbljen kroz cijelu godinu. Prilaz: Dubrovnik—Vrbanja.





Planinarski dom na Mosoru

II. N. R. SLOVENIJA

ZASAVJE

Kuća na Svetoj gori, 849 m — 6 soba, 40 ležaja, opskrbljena kroz čitavu godinu; Prilazi: Ž. st. Sava 2 s., Litija 3 s., Zagorje 4 s., ž. st. Kresnice 4 s.

Planinarska kuća na Kalu, 956 m — 5 soba sa 10 kreveta i skupno ležište za 30 osoba. Opskrbljena stalno. Prilazi: Ž. st. Hrastnik oko 2 s., Trbovlje (trg) 3 s., Laško 3 s., Rimske Toplice 2,30 s.

Dom na Mrzlici, 1.119 m — stalno opskrbljen; skupno ležište za 28 osoba. Prilazi: Ž. st. Hrastnik 3,30 s., Trbovlje (trg) 2,30 s.

Kuća na Kumu, 1.219 m — stalno opskrbljena i ima spavaonicu sa 8 kreveta. Prilazi: Ž. st. Zagorje 3 s., Trbovlje 3 s., Hrastnik 3 s., Zidani most 3,30 s., Radeče 4 s.

Dom pod Tolstim vrhom, 750 m — 17 soba sa 28 kreveta i skupno ležište za 100 osoba. Stalno opskrbljen. Prilazi: Celje 1,30 s. do 2 s., Laško 2,30 s.

JULIJSKE ALPE

Dom na Pokljuki, 1.250 m; — stalno otvoren. Ima 65 kreveta i skupna ležišta za 44 osobe. Prilazi: Bled 4 s., Ž st. Podhom 4 s., ž. st. Bohinjska Bela 3 s., ž. st. Nomenj 2,30 s., ž. st. Bohinjska Bistrica 4 s., Srednja Vas 4 s.

Kovinarska kuća na Zasipski planini, 892 m (Krma); opskrbljena od 1. XI. do 15. IV., a ljeti nedjeljom; skupno ležište za 16 osoba. Prilazi: Ž. st. Mojstrana 2 s. i Podhom 4 4,30 s.

Dom »Savica«, 805 m; — tri četvrt sata od Boh. jezera. Opskrbljen cijelu godinu i nema prenoćišta. Prilazi: Ž. st. Boh. Bistrica 3 s., Dom na Komni 2 s., Kuća pri Sedmerih jezerih niz Komarču 3 s.

Dom na Komni, 1.520 m; — stalno opskrbljen; 24 sobe sa 74 kreveta i skupno ležište za 22 osobe. Prilazi: Dom Savica 2,30 s.

Kuća pod Bogatinom. 1.513 m; — stalno opskrbljena, ima 13 soba sa 40 kreveta i skupno ležište za 20 osoba. Prilazi: Dom Savica 3 s.

Kuća pri Triglavskih jezerih, 1.683 m; — opskrbljena od lipnja do kraja rujna i zimi prema potrebi. Kuća ima 9 soba sa 24 kreveta i skupno ležište za 20 osoba. Prilazi: Od Doma »Savica« preko Komarče 4 s., preko Komne 6 s., iz Stare Fužine preko Vogarja, Ovčarije i preko Štapca 6 s., iz Trente 5—6 s.

Vodnikova kuća na Velem polju, 1.805 m; — otvorena od 28. VI. do 30. IX. Prilazi: Ž. st. Boh. Bistrica preko Srednje Vasi i Uskovnice 6 s., iz Doma Planika 1 s., iz Kuće pri Triglavskih jezerih preko Hribarica i Dolića 4 s., iz Stare Fužine dolinom Voje 5 s.

Dom Planika pod Triglavom, 2.408 m; — Opskrbljen od 25. VI. do 25. IX.; ima 9 soba sa 21 krevetom i skupno ležište za 23 osobe. Prilazi: ž. st. Boh. Bistrica, preko Uskovnice i Vel. polja i mimo Vodnikove kuće 7 s., ž. st. Mojstrana, kroz Krmu, preko Boh. Vratec i mimo Vodnikove kuće 8 s., zatim preko Komne ili Komarče mimo kuće na Sedmerih jezerih pa preko Hribarica ili iz Trente preko Dolića (6 s.) i t. d.

Triglavski dom na Kredarici, 2.515 m; — opskrbljen od lipnja do kraja rujna; ima 8 soba sa 18 kreveta i skupno ležište za 70 osoba. Prilazi: Ž. st. Dovje—Mojstrana mimo Aljaževog doma u Vratima (3 s.) i odatle Tominškovim putem 4,30 s. ili preko Praga 5 s.; iz Mojstrane dolinom Kot 7 s.; dolinom Krma 8 s.; iz Srednje Vasi mimo Vodnikove k. 8 s.; iz Trente preko Dolića i mimo Doma Planike 7 s.; sa Dolića preko Triglava 3 s.

Staničeva kuća, 2.332 m; — opskrbljena od 25. VI. do 30. IX.; ima 10 soba sa 25 kreveta i skupno ležište za 20 osoba. Prilazi: Iz Mojstrane dolinom Vrata—Aljažev dom—preko Praga ili Tominškovim putem 7 do 8 s.; iz Mojstrane dolinom Krma 8 s.

Tržaška koča na Doliču, 2.151 m; — ima 10 soba sa 40 kreveta i skupno ležište za 20 osoba. Prilazi: Iz Trente kroz Komar 4 s.; iz Trente preko Skoka 4 s.; Boh. Bistrica—Savica—Komna (ili Komarča) — Koča pri Triglavskih jezerih—preko Hribarica—Dolič 10 s. i t. d.

Aljažev dom u Vratima, 1.015 m; — opskrbljen od početka svibnja do kraja listopada; ima 10 soba sa devedeset kreveta i skupno ležište za 30 osoba. Prilazi: Ž. st. Dovje—Mojstrana 3 s.; iz Trente preko Luknje 5 s.

Kuća u Krnici, 1.218 m; — opskrbljena od 1. VII. do 15. IX. i od 1. III. do 1. V., a također subotom i nedjeljom; ima 4 sobe sa 10 kreveta i skupno ležište za 10 osoba; Prilaz: Ž. st. Kranjska Gora 1 i pol s.

Mihov dom, 1.150 m; — opskrbljen stalno; ima 1 sobu sa 2 kreveta i skupno ležište za 30 osoba. Prilaz: Kranjska Gora cestom prema Vršiću 2 s.

Kuća na Gozdu, 1.226 m; — opskrbljena od 15. VI. do 1. X.; ima 6 osoba sa 14 kreveta i skupno ležište za 18 osoba. Prilaz: Kranjska Gora 2 s.

Erjavčeva kuća na Vršiću, 1.515 m; — stalno opskrbljena; ima 6 soba sa 12 kreveta i skupno ležište za 40 osoba. Prilazi: Kranjska Gora 3 s.; Rateče—Planica—Tamar, preko Slemena 4,30 s.

Tičarjev dom na Vršiću, 1.650 m; stalno opskrbljen; ima 4 sobe sa 14 kreveta i sk. ležište za 30 osoba; Prilazi: Iz Kranjske Gore 3,30 s.; iz Trente 3 s.; iz Tamara preko Slemena ili Grla 4 s.; iz Erjavčeve kuće četvrt sata.

Dom u Planici, 964 m; — stalno otvoren; ima 57 kreveta i skupno ležište za 22 osobe. Prilaz: Ž. st. Planica 20 minuta.

Kuća u Planici (Tamar), 1.108 m; — opskrbljena od 1. I. do 31. IV. i od 1. VI. do 20. X.; ima 40 kreveta. Prilazi: Ž. st. Planica, cestom 1,30 s.

Zvatišče pod Špičkom (iznad Gornje Trente), 2.050 m; — ključ za ovo sklonište dobije se kod PD Jesenice; ima ležište za 16 osoba. Prilazi: sa Vršića 4 s; iz Trente 4 s; iz Bovca 6 s.

Kuća »Peter Skalar« pod Kaninom, 1.810 m; — Kuća nije opskrbljena, a ima mjesta za 10 do 20 osoba; Prilazi: Iz Bovca 4,30 s.

Kuća Zlatorog u Trenti, 622 m; — opskrbljena kroz čitavu godinu; Prilazi: Ž. st. sv. Lucija autobusom 66 km 2,20 s ; iz Bovca autobusom ili pješke (22 km), ž. st. Kranjska Gora preko Vršića 5s.; iz Vrata (Aljažev dom) preko Luknje 5 s.

Kuća na planini Razor nad Tolminom, 1.300 m; opskrbljena od lipnja do listopada; ima 3 sobe sa skupnim ležištima za 30 osoba. Prilazi: Iz Tolmina raznim putovima od 3 do 5 sati.

Kućica na Prevalu Globoko, 1.550 m; — ima mjesta za 4 osobe, a ključ se dobije u kući na planini Razor.

Kuća pod Storžićem, 1.150 m; — opskrbljena od lipnja do listopada; Kuća ima skupno ležište za 8 osoba. Prilazi: ž. st. Tržić—pl. Jesen 2 s.

Kuća na starom gradu nad Kamnikom, 681 m; — stalno opskrbljena i ima 6 ležišta. Prilaz: Ž. st. Kamnik-mesto pola sata.

Dom na Krvavcu, 1.700 m; — stalno opskrbljen. Ima 5 soba sa 11 kreveta i skupno ležište za 20 osoba. Prilazi: Iz Kamnika 5 do 6 sati; iz Cerklja 3,30 s.; iz Cojzove k. preko Kalškog grebena i Vel. Zvoha 5 s; iz Kokre 3 sata.

Kuća na Maloj planini, 1.447 m; — stalno opskrbljena i ima 14 ležišta. Prilazi: Iz Kamnika preko Stahovice 3 s.

Dom u Kamniškoj Bistrici, 601 m; — stalno opskrbljen i ima 12 soba sa 28 kreveta i skupno ležište za 20 osoba. Prilaz: Iz Kamnika cestom 17 km.

Cojzova kuća, 1.791 m; — opskrbljena od lipnja do kraja listopada. Ima 3 sobe sa 20 kreveta i skupno ležište za 24 osobe. Prilazi: Od doma u Kamniškoj Bistrici 3 s.; iz Kokre od 3,30 do 5 s.

Kuća na Jermanovih vratih (na Kamniškom sedlu), 1.884 m; — opskrbljena od lipnja do kraja listopada. Ima 3 sobe sa 23 kreveta i skupno ležište za 20 osoba. Prilazi: Iz doma u Kamn. Bistrici 3 s.; iz Cojzove

k. preko Skute i Turske gore 5 s.; iz Kocbekovog doma na Korošici 4 s.; iz Okrešlja 1,30 sata.

Kocbekov dom na Korošici, 1.808 m; — opskrbljen ljeti i zimi. Ima 4 sobe sa 15 kreveta i skupno ležište za 60 osoba. Prilazi: Od Rogovilca kroz Robanov kot 4,30 s.; iz Kamnika—Bistrice—preko Presedljaja 8 s.; iz kuće na Jermanovih vratih 3 s.; iz Liča mimo Planinška 6 s.; iz Logarske doline preko Klemenškove pl i Škraja 5,30 s.

Češka kuća, 1.543 m; — opskrbljena od kraja lipnja do kraja rujna; ima 2 sobe sa 11 kreveta i skupno ležište za 7 osoba. Prilazi: Iz Jezerskog od 2 do 2,30 s.; iz Cojzove k. 4 do 5 sati.

Frišaufov dom na Okrešlju, 1.378 m; — ima 7 soba sa 20 kreveta i skupno ležište za 26 osoba. Prilazi: Iz Kamn. sedla 1 s.; iz Solčave Logarskom dolinom 3,30 sati.

Sklonište na Grohatu pod Raduhom, 1.682 m; — opskrbljeno od 15. lipnja do 15. kolovoza; ima jednu sobu sa četiri kreveta i skupno ležište za 50 osoba. Prilazi: Iz Solčave 3 s.; iz Črne-Bistra 4 s.; iz Ljubna 4 s.; iz Koprivna 3 s.

KARAVANKE

Kostanjevčeva kuća na Dobrči, 1.520 m; — opskrbljena od lipnja do listopada i ima skupno ležište za 26 osoba. Prilazi: Iz Tržića 3 s.; iz Lesca ili Radovljice 4,30 s.

Roblekov dom na Begunjščici, 1.757 m; — Dom ima 5 soba sa 18 kreveta i skupno ležište za 20 osoba. Prilazi: Ž. st. Lesce—Bled ili Radovljica 5 s.; iz Žirovnice 4 s.; iz Tržića 4 s.

Kuća na Črnem vrhu na Jesenicama, 1.156 m; — stalno opskrbljena ima 6 soba sa 32 kreveta i skupno ležište za 38 osoba. Prilazi: Ž. st. Jesenice 1.30 s.

Dom na Kofcah, 1.505 m; otvoren od svibnja do listopada i zimi subotom i nedjeljom; ima 25 kreveta. Prilazi: Ž. st. Tržić raznim putovima od 3 do 4 sata.

Kuća pod Kladvom na Šiji planini, 1.650 m; — otvorena je ljetom u nedjeljama i ima skupno ležište za 10 osoba. Prilazi: Iz Tržića 4 sata.

Dom na Plešivcu (Uršlji gori), 1.696 m; — otvoren od svibnja do listopada i ima 3 sobe sa 15 kreveta. Prilazi: Iz Slov. Gradca 5 s.; iz Guštanja 3 s.; iz Prevalja 3,30 s.; iz Mežica 4 sata.

POHORJE

Mariborska kuća na Pohorju, 1.080 m; — stalno opskrbljena; ima 5 soba sa 48 kreveta. Prilazi: Iz Maribora 3,30 s.; iz Hoča 3 s.; iz Limbuša 3,30 s; iz Ruša preko Ruške kuće 3,30 s.

Tinetov dom (Ruška kuća), 1.250 m; — stalno opskrbljen; ima 6 soba sa 8 kreveta i skup. ležište za 20 osoba. Prilazi: Ž. st. Ruše 2,30 s.; iz Maribora 4 s.; iz Ruša mimo slapa Šumika 4 s.; iz Slov. Bistrice 5 s.

Kuća pri Treh kraljih, 1.200 m; — stalno opskrbljena; ima skupno ležište za 12 osoba. Prilazi: Iz Slov. Bistrice od 3 do 4 s.; iz Oplotnice 2 s.

Slovenjgraška kuća pod Kremžarjevim vrhom, 1.161 m; — stalno opskrbljena; ima 4 sobe sa 8 kreveta i skupno ležište za 32 osobe. Prilazi: Iz Slov. Gradca 2 s.; iz Šmartna pri Slov. Gradcu 2 s.; iz Trbonj 3,30 s; iz Vuzenice 3,30 s.

Sklonište na Pesniku, 1.104 m; stalno opskrbljeno; ima 2 sobe sa skupnim ležištem za 30 osoba. Prilazi: Ž. st. Podvelka (pruga Maribor—Prevalje) preko Ribnice 3 s.; od Ribniške kuće 1 s.

Ribniška kuća na Pohorju, 1.530 m; — stalno opskrbljena; ima 40 kreveta i skupno ležište za 20 osoba. Prilazi: Iz Ribnice na Pohorju 2,30 s.; ž. st. Podvelka — mimo Ribnice 5 s.; ž. st. Vuhred 5 s.; ž. st. Milsinje preko Črnog Vrha 3,30 s.; ž. st. Dovže 4 s.

Paderšićeva kuća pri Gospodični na Gorjancima, 822 m; — stalno otvorena; ima sk. ležište za 20 osoba. Prilazi: Ž. st. Novomesto 3 sata.

Vojkova kuća na Nanosu, 1.248 m; — opskrbljena je od svibnja do studenoga; ima sk. ležište za 28 osoba. Prilazi: Ž. st. Postojna 5 sati.

Kuća Mrtvanjski Stanari (Bjelašnica) — 45 ležaja, otvorena nedjeljom, bez opskrbe. — Prilaz: Ž. st. Pazarić, 3 sata.

Kuća Sitnik (Bjelašnica) — 28 ležaja, otvorena nedjeljom, bez opskrbe. Prilaz: Ž. st. Pazarić, 4 sata.

Kuća Podgradina (Bjelašnica) — 26 ležajeva, otvorena nedjeljom, bez opskrbe. Prilaz: Ž. st. Pazarić, 2 i pol sata.

Kuća »Zdravko Čović« — Vrh Hranisave — 26 ležajeva, otvorena nedjeljom bez opskrbe. Prilaz: Ž. st. Pazarić, 5 sati.

Kuća Hrasnički Stan (Igman) — 26 ležajeva, otvorena nedjeljom. bez opskrbe. Prilaz: Ž. st. Ilidža, 3 sata.

Kuća Javornik (pod Bjelašnicom) — 20 ležajeva, otvorena nedjeljom, bez opskrbe. — Prilaz: Ž. st. Pazarić ili Ilidža.

Dom Šavnica (pod Bjelašnicom) — 50 ležajeva, opskrbljen. Prilaz: Ž. st. Pazarić, 1 sat.

Dom na vrhu Trebevića — 40 ležajeva, opskrbljen. Prilaz: Sarajevo, 3 sata.

Dom na Romaniji — 75 ležajeva, opskrbljen. Prilaz: Ž. st. Koran, 2 sata.

Kuća Sustavac (pod Treskavicom) — 40 ležajeva, otvorena nedjeljom, bez opskrbe. — Prilaz: Sarajevo—Trnovo. Od Trnova 1 i pol sata.

Dom na Kozijoj Luci (Treskavica) — 50 ležajeva, opskrbljen. Prilaz: Sarajevo—Trnovo. Od Trnova 3 sata.

Kuća Smet (kod Zenice) — 45 ležajeva, otvorena samo nedjeljom, bez opskrbe. Prilaz: Zenica, 2 sata.

Kuća Svatovac (kod Tuzle) — 34 ležaja, otvorena nedjeljom, bez opskrbe. Prilaz: Ž. st. Lukavac, 2 sata.

Kuća na Galici (Vlašić) — 45 ležajeva, otvorena nedjeljom, bez opskrbe. Prilaz: Ž. st. Turbe kod Travnika, 3 sata.

Dom Kamenica (kod Zavidovića) — 50 ležajeva, opskrbljen. Prilaz: Zavidovići, 3 sata.

Kuća na Jezercu (Prenj) — 20 ležajeva, otvorena nedjeljom, bez opskrbe. Prilaz: Konjic, 5 sati.

Dom Perun (kod Vareša) — 45 ležajeva, Dom je u izgradnji.

Kuća Višegradska Banja (kod Višegrada) — 20 ležajeva, otvorena nedjeljom, bez opskrbe. Prilaz: Višegrad. 1 sat.

Kuća na Prokoškom jezeru (Vranica) — U gradnji.

Kuća na Pogorelici — U gradnji.

Kuća na Čvrsnici — U gradnji.

Dom na Pašincu (kod Zenice) U gradnji.

Napomena: Ključevi kuća koje nisu stalno otvorene niti opskrbljene mogu se dobiti kod planinarskih društava u prilaznim mjestima.

IV. N. R. SRBIJA

Kuća na Bukulji — Prilaz: Ž. st. Arandelovac, 1 i pol sata.

Kuća na Rudniku — Prilaz: Ž. st. Ugrinovci ili Gornji Milanovac.

Kuća na Kopaoniku (Glog) — Prilaz: Ž. st. Rudnica.

Dom na Kopaoniku — Prilaz: Ž. st. Rudnica, 4 i pol sata.

Dom na Besnoj Kobili — Prilaz: Ž. st. Vrnjačka Banja

Dom na Iriškom — Prilaz: Ž. st. Sremska Kamenica ili Sremski Karlovci.

Kuća na Bogama — Prilaz: Ž. st. Peć—Kučišta—Adžovići.

Kuća na Jablaniku — Prilaz: Ž. st. Valjevo, 6 i pol sati.

Kuća na Jastrebcu — Prilaz: Ž. st. Kruševac, 5 sati.

Kuća na Rajcu — Prilaz: Ž. st. Kadina Luka, 2 i pol sata.

Kuća na Juhoru — Prilaz. Ž. st. Svetozarevo, Jovac ili Ćuprija, 4—5 sati.

Kuća na Beljanici — Prilaz: Ž. st. Despotovac 4 sata.

Kuća na Avali — Prilaz: Beograd, 3 sata.

Kuća na Fruškoj Gori (Popovica) — Ž. st. Sremska Kamenica, 2 i pol sata.

Kuća na Šari (Štrpci) — Prilaz: Ž. st. Uroševac—Štrica ili Kačanik—Brezovica.

Kuća na Šari (Stružje) — Prilaz: Ž. st. Prizren, 3 sata ili Dom na Popovoj Šapki, 6 sati.

Kuća na Iriškom Vencu — Prilaz: Ž. st. Novi Sad—Iriški Venac.

Kuća na Kosmaju — Prilaz: Ž. st. Đurinci, 3 sata.

Dom na Žeželju — Prilaz: Kragujevac, 1 sat.

Dom na Rajcu — Prilaz: Ž. st. Kadina Luka, 2 sata.

Kuća na Tari (Kaluđerske bare) — Prilaz: Ž. st. Kremna, 2 sata.

Dom pod Ovčarom

Kuća na Fruškoj Gori (Viline Vodice) — Prilaz: Ž. st. Sremski Karlovci, 3 sata ili Novi Sad—Venac, 1 i pol sata.

Kuća na Vršačkom Brdu — Prilaz: Ž. st. Vršac, 2 sata.

V. N. R. MAKEDONIJA*

Dom na Popovoj Šapki (Šar-planina) — Opskrbljen kroz cijelu godinu. Prilaz: Ž. st. Tetovo, 3 i pol sata.

Sklonište na Jelaku (Šar-planina) — Bez opskrbe. Prilaz: od doma na Popovoj Šapki 1 sat.

---

* Kako nismo dobili podatke o kućama od Plan. saveza Makedonije to su ovi podaci uzeti iz članka našeg saradnika J. Poljaka.

Sklonište pod Turčinom (Šar-planina) — Bez opskrbe. Prilaz: Popova Šapka.

Kuća pod Ljubotenom (Šar-planina) — 12 ležajeva, bez opskrbe. Prilaz: Tetovo—Vratnica.

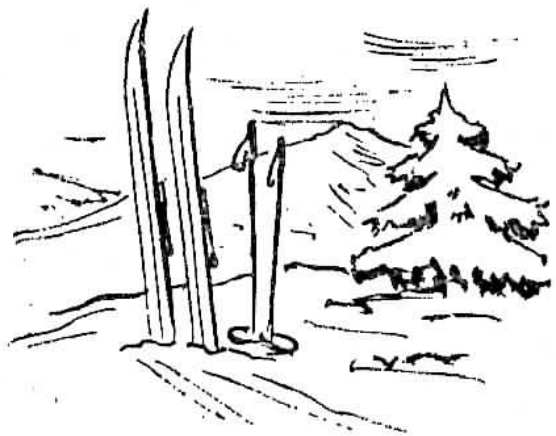
Dom na Kopanči (Perister) — 20 ležajeva, opskrbljen kroz cijelu godinu. Prilaz: Bitolj, 2 i pol sata.

Dom na Golemom jezeru (Perister) — Prilaz: Bitolj—Nižepolje 4 i pol sata.

Dom na Aldinskoj planini (Jakupica plan.) — 9 soba i 200 skupnih ležajeva. Prilaz: Skoplje, 7 sati.

Dom pod Solunskom glavom (Jakupica plan.) — Prilaz: Ž. st. Oreše, 4 i pol sata.

Dom na Bušovoj česmi — U gradnji. Pristup: Prilep.



PRVA POMOĆ KOD NEZGODA

Kod svake nezgode potrebno je unesrećenom odmah priteći u pomoć, jer često, samo zbog nekoliko minuta zakašnjenja, izgubljen je slučaj — dakle pomoć mora biti brza i efikasna. Bezbroj je nezgoda, koje može doživjeti jedan planinar, ali mi ćemo ovdje samo u kratkim crtama opisati one najvažnije, kako bi se u slučaju nezgode planinar mogao bar donekle pomoći. Važno je napomenuti da u slučaju po život opasnih ozljeda, onaj koji pruža pomoć mora unesrećenog odmah uputiti u najbližu bolnicu, jer u takvim slučajevima nije dovoljna ona minimalna pomoć, koju može dati nestručno lice, da se spasi unesrećenik.

Znakovi smrti. Prestanak disanja, kucanja srca, hladno tijelo i bljedoća su među prvim znacima, koje zapažamo. Ali još uvijek to nije siguran znak da je život prestao, jer ponekad naiđemo na slučajeve »pritajenog života« premda na prvi pogled unesrećeni daje sliku smrti. Disanje ispitujemo tako, da unesrećenom stavimo ogledalo pred usta, pa ako postoji i najmanje disanje, ogledalo će se zamagliti. To isto možemo ispitati i tako da unesrećenom, koji leži na leđima, stavimo na grudni koš jednu čašu vode. U koliko unesrećeni i najmanje diše pomicat će se površina vode. Kucanje srca ispitamo tako, da naslonimo naše uho nešto ispod lijeve sise. U koliko srce i najmanje radi, čut ćemo vrlo rijetke i tihe tonove.

»Znak mačjeg oka« je najsigurniji znak da je svaki život prestao. Ispitujemo tako da stisnemo očnu jabučicu između palca i kažiprsta, kod čega inače okrugla zjenica poprimi elipsast oblik (kao kod mačke), a što inače nije nikada slučaj kod živog čovjeka. Nakon jedan do dva sata poslije smrti nastupa t. zv. mrtvačka ukočenost udova i trupa. Mrtvačke pjege javljaju se nešto prije nego mrtvačka ukočenost, obično pola sata poslije smrti. One leže na donjim dijelovima tijela, što ovisi o položaju unesrećenog — u smislu zemljine teže. One su ljubičaste do ljubičasto-plave boje, a mogu biti pojedinačne ili difuzne. Na primjer nađemo jednog druga nakon par sati poslije nesreće, gdje leži na leđima. Ako ga svučemo i prevrnemo vidjet ćemo na leđima gore opisane pjege, a na mjestima koje se doticalo tla, ostat će bijelo.

Treba napomenuti da kod ispitivanja života mora čovjek biti osobito oprezan i brz, jer često puta hitnom intervencijom i pravilno ukazanom pomoći spašen je život i onog za kojeg bi laik rekao da je već davno mrtav. Zato i kod najmanje sumnje da život nije prestao treba odmah pristupiti davanju pomoći, kao umjetno disanje i t. d.

Umjetno disanje. Umjetno disanje je jedno od najvažnijih faktora kod pružanja prve pomoći, u slučajevima gdje je disanje pritajeno (kod utapanja, trovanja). Treba napomenuti, da takvo pružanje iziskuje veliku strpljivost i napor onoga koji to izvodi, jer

ima slučajeva, kada je potrebno dva pa i više sati konstantno izvoditi ritmičke pokrete, koje ćemo opisati. Prije nego se prijeđe na samo umjetno disanje treba pogledati da slučajno rana ne krvari ili da nije slomljena koja kost trupa ili udova. Uglavnom ima više načina davanja umjetnog disanja, a mi ćemo ovdje opisati najčešće:

Najuobičajeniji je »Silvestrov način«. Unesrećenik leži ispružen na leđima sa glavom zabačenom nazad, a to postizavamo tako, da mu nešto stavimo pod plećke, otvorimo mu usta, izvučemo jezik, koji mu sa maramicom pričvrstimo uz bradu, te glavu okrenemo na stranu i kleknemo iznad njegove glave tako da glava unesrećenog leži između naših koljena. Čvrsto ga primimo za podlaktice, podignemo ih u vis i brojimo »jedan«, zatim u širokom luku spuštamo prema zemlji do visine glave kod čega brojimo »dva«, zatim ponovno ruke povraćamo prema gore i kod toga brojimo »tri«, a zatim na brojenje »četiri« prekrstimo ruke unesrećenog na njegova prsa i njima čvrsto pritisnemo.

Kod jedan i dva se raširi grudni koš, a s njime i pluća, koja silom usišu zrak, dok kod broja »četiri« stiskanjem koša i pluća istisnemo zrak. Dakle kod umjetnog disanja uzduh izlazi i ulazi kao i kod prirodnog disanja. Srce i krvotok počinju postepeno da rade, a sa njime se polako vraća i život na normalu. Ovaj način se može izvesti samo onda, ako nema loma kosti ruku. Ako ustanovimo da postoji prelom koje kosti na rukama, onda treba izvesti »Schaeferov metod«, kod čega

unesrećenik leži potrbuške, a pod trbuh mu se stavi ranac, preloženi kaput ili nešto drugo. Postavimo se tako da opkoračimo unesrećenog preko kukova, i ritmički pritištemo na donja rebra odozgo i sa strane, kod čega opet brojimo »jedan—dva«, kod pritiskanja, i »tri—čitiri« kod popuštanja. »Howardow način« je isti kao i Schaeferov, samo unesrećenik leži na leđima, pod donji dio leđa stavimo mu ranac ili drugo, a mehaničko stiskanje donjih rebara vrši se sa prednje strane.

U onom slučaju ako posumnjamo ili ustanovimo da su polomljena rebra, osobito donja rebra, tada treba pokušati četvrti način umjetnog disanja. Unesrećenik leži na leđima, a pod njih stavimo ranac ili složeni kaput. Usta očistimo maramicom od sluzi i eventualnih drugih nečistoća, a umjetno disanje izvodimo ritmičkim povlačenjem jezika, kojeg držimo maramicom ili komadićem gaze. Kod toga brojimo kao i kod prije opisanih načina umjetnog disanja, te na »jedan—dva«, što odgovara udisanju povlačimo jezik napolje, a na »tri-četiri« spuštamo jezik natrag, i to odgovara izdisanju.

Najčešće pogreške pri umjetnom disanju jesu: a) ako spasilac nije pregledao da li je slobodan pristup uzduha u pluća (usta, jezik i ždrijelo); b) umjetno disanje nije ujednačeno i istrajno; c) umjetno disanje izvodimo suviše brzo; d) pritiskanje na grudi je suviše snažno i praćeno udarima.

R a n e. Rane su najčešća vrsta ozljeda. Zbog prekinuća krvnih žila dolazi do iskrvavljenja kao i velike mogućnosti onečišćenja

ozljede. Radi toga se sa ranom mora osobito brižljivo postupati. Treba zapamtiti da se nesterilnim predmetima ne smije dirati rana, a isto tako niti prati, jer se prljavština iz okoline nanese u ranu. Okolina rane se očisti i namaže jodom, dok u samu ranu (u koliko je duboka) jod ne dolazi. Zatim stavimo čistu i sterilnu gazu sa sulfanilamid prahom, jekovitol masti, dermatol, dermogel i t. d. i dobro se zavije. U koliko je rana starija, potrebno je ranu isprati sa hipermanganom, rivanolom, proflavinom, a nakon toga staviti sulfatiazol mast ili slično, te zavoj. Takvog bolesnika treba uputiti liječniku zbog velike opasnosti od sepse. U koliko je rana onečišćena zemljom, potrebno je uputiti ranjenog liječniku radi opasnosti od tetanusa. Naravno da će se i takva rana previti kako smo gore rekli.

Z a u s t a v l j a n j e k r v a r e n j a. Posljedica svake ozljede bilo vanjske ili unutarnje, popraćena je redovito krvarenjem usljed raskinuća krvnih žila. Uglavnom imamo tri vrste krvarenja i to: Arteriozno krvarenje, kod čega krv štrca, i to je najopasnije, jer krv ističe velikom brzinom. Venozno krvarenje, kod čega krv teče u mlazu. Kapilarno krvarenje, kod čega je ozlijeđena površina uglavnom ovlažena krvlju.

Zaustavljanje krvarenja kod prve vrste izvodi se tako, da se iznad mjesta ozljede pritisne prstom, na ozlijeđenu krvnu žilu. S obzirom da kod oštećenja velikih krvnih žila nije moguće dugo držati prst ili pesnicu, to se u tu svrhu upotrebljava povez iznad ozljede. Povez može ostati najduže jedan do dva sata. Ako

krvarenje još ni tada nije prestalo, nakon kratkog odmora (pet minuta), povez se može ponovno staviti na nekoliko cm. iznad bivšeg mjesta povezivanja — to se može izvesti samo na udovima.

Kod venoznog krvarenja dovoljno je ponekad dići dotični dio tijela u zrak, ili povezati ispod mjesta ozljede.

Kod kapilarnog krvarenja, dovoljno je mjesto jodirati, ili čistom (sterilnom) gazom previti.

K r v a r e n j e i z n o s a. Dolazi uglavnom poslije udarca, ili pregrijanosti glave. Takvom bolesniku treba zabaciti glavu unazad, raskopčati mu ovratnik, bluzu ili košulju, staviti snijega ili hladne obloge na korijen nosa, stisnuti nos ili tamponirati.

K r v a r e n j e i z p l u ć a. Kod tupog pada, ili rane u grudnom košu, dolazi do ispljuvavanja krvi. Unesrećenog treba postaviti u poluležeći položaj. Staviti hladne obloge na prsa i dati mu da pije hladnu slanu vodu. Treba svakako nastojati spriječiti bolesniku da kašlje, pa mu se u tu svrhu može dati jedna tableta codeina.

K r v a r e n j e i z ž e l u d c a. Ako kod povraćanja vidimo tragove krvi, ili neku crnu masu sličnu talogu kave, onda znamo da se radi o krvarenju iz želudca. Bolesniku moramo narediti mirovanje, zabraniti svako jelo i piće i što prije uputiti u bolnicu.

U.b o j i. Najčešći uzroci uboja su pad ili udarac, kod čega su oštećeni meki dijelovi i krvne žile. Znaci uboja su osjetljivost ozlije-

denog mjesta, otok i modrica. Kod uboja se mora smanjiti izlijevanje krvi u tkivo, ublažiti bol, a to se postiže najbolje podizanjem nastradalog dijela tijela i hladnim oblozima. Naročito su opasni uboji glave, grudnog koša i trbuha.

Kod uboja grudnog koša i trbuha, dolazi do povrede unutarnjih organa sa jačim ili slabijim unutarnjim krvarenjem. Jaka bljedoća lica, zategnutost trbuha, povraćanje ili samo nagon na povraćanje, ubrzan a slab puls, sigurni su znaci da se radi o unutarnjim povredama uz jače krvarenje. Povređenom mora biti osiguran potpuni mir, i ne smije mu se dati ništa da jede i pije, osim malo vode sa kojom mu treba kvasiti usta.

P o t r e s m o z g a. — Kod pada ili bilo kakvog uboja glave, dolazi često do potresa mozga, pri čemu nastaje zujanje u ušima, glavobolja, gađenje, vrtoglavica i nesvijest. Kada se osvijesti unesrećeni se ne sjeća događaja. Od svega ovoga najvažniji znak je nesvijest uz povraćanje. Prva pomoć: led ili hladni oblozi na glavu, apsolutno mirovanje i hitan transport u najbližu bolnicu.

U g a n u ć e. Uganuće je rastezanje zglobnih veza i raspršnuće zglobne čahure, a dešava se najčešće u skočnom zglobu. Znaci uganuća su jaka bol (naročito odmah poslije ozljede), oteklina, jaka ograničenost pokretljivosti zgloba uslijed bola. Prva pomoć: apsolutni mir dotičnog zgloba, pa je potrebno imobilizirati dotični dio, uzdignuti nogu da iz zgloba lakše otiče krv, hladni oblozi, komprese i led.

I š č a š e n j e z g l o b a je okarakterizirano jakom boli i atipičnim držanjem odgovarajućeg dijela tijela (noge, ruke, ramena i t. d.) Zglob je nepokretljiv, te jako bolan. S obzirom na to, da je uz iščašenje često skopčan i prelom, to se ni u kom slučaju ne smije upuštati laik da ga sam popravi, nego samo na zglob staviti Burovljevu oblogu, imobilizirati dotični dio tijela sa zavojem ili maramom i uputiti unesrećenog najbližem liječniku.

P r e l o m k o s t i može biti običan i kompliciran ili kako još kažu »otvoren« ili »zatvoren« prelom. Običan je u koliko polomljeni dijelovi nisu prodrli kroz kožu, a kompliciran je u koliko izvan kože vire komadi kosti. Ovaj posljednji je opasan zbog velike mogućnosti sepse. Takav unesrećenik mora se čim prije uputiti u bolnicu, ali prije toga mora se imobilizirati dotični dio tijela kao i previti ranu Treba zapamtiti, da su prelomljeni dijelovi kosti oštri, i da svako pokretanje tih dijelova uništava okolno tkivo, krvne žile i živce, pa je nužno potrebno učiniti te dijelove nepokretnim, a to činimo imobilizacijom okolnih zglobova. Kao sredstvo za imobilizaciju kod preloma kosti upotrebljavaju se udlage ili »šine«, a u koliko ne raspolažemo sa istima možemo upotrebiti štapove, granu, ili pogodan čvrst predmet. Udlagu moramo prije upotrebe omotati sa vunom, travom, lišćem ili bilo kakvim mekanim predmetima, da kod pritiska na kožu ne bi ozlijedila zdrave dijelove.

P r e l o m l u b a n j e. Krvarenje iz nosa i uha. Unesrećenog smatrati teškim bolesni-

kom i postaviti ga u apsolutno mirovanje, podignuti glavu, dati hladne obloge i hitno uputiti najbližem liječniku.

N e s v j e s t i c a. Nesvjestica je privremeni gubitak svijesti uslijed iznenadne malokrvnosti mozga. Nastaje često kao posljedica jakih vanjskih ili unutarnjih krvarenja, kod srčanih bolesti, kod jake uplašenosti, jakih bolova i najzad kod jakog nervnog potresa. Lice blijedo, usne bezbojne, na čelu izbija hladan znoj, puls je slab i učestan, a disanje površno. Prva pomoć: bolesniku raskopčati odijelo, glavu spustiti nisko i omogućiti da dobije što više svježeg zraka. Ako bolesnik ne diše upotrebiti i umjetno disanje.

S u n č a n i c a nastaje uslijed djelovanja direktnih sunčanih zraka na nepokrivenu kožu, a naročito na nepokrivenu glavu. Lice je veoma crveno, koža i jezik su suhi, puls se jedva pipa, mučnina sa povraćanjem, teško disanje, a ponekada i gubitak svijesti. Prva pomoć: prenijeti postradalog u hladovinu, osloboditi ga tijesnog odijela, nakvasiti grudi i glavu hladnom vodom. U slučaju potrebe i umjetno disanje.

O p e k l i n e. Kod opeklina razlikujemo uglavnom tri stadija i to: Prvi stadij samo crvenilo, drugi sa površinskim mjehurima, a treći sa dubokim promjenama u tkivu. Napomenuti treba da kod svake veće opekline stradaju od unutarnjih organa uglavnom bubrezi, što ponekada bude i uzrok smrti. Smatra se da kod oštećenja jedne trećine tijela unesrećenik ne može ostati na životu. Prva pomoć: oblozi od lanenog ulja, bor-vazelin, jekovitol i sl. Ne smije se upotrebljavati hladna voda, ni silom - skidati odjeća. U koliko se pojave mjehuri ne smiju se otvarati, jer postoji mogućnost infekcije. Teže slučajeve odmah uputiti liječniku.

S m r z o t i n e. Uslijed djelovanja niskih temperatura na razne dijelove tijela dolazi do smrzavanja. Tome naročito pogoduje vlažno i vjetrovito vrijeme, tijesna odjeća i obuća, vlažne čarape i rublje. Razlikujemo tri stepena smrzavanja. Kod prvog stepena uslijed stezanja krvnih žila promrzlo mjesto pobijeli uz jak bol koji kasnije iščezava. Kod ulaska u tople prostorije promrzlo mjesto postaje plavičasto-crveno uz svrbež i oteklinu. Kod smrzotina drugog stepena ovoj se sici pridružuje i pojava mjehura, koji su često ispunjeni sukrvičastom tekućinom. Kod smrzavanja trećeg stepena dolazi do izumiranja smrznutih dijelova tijela. Prva pomoć: trljanje povrijeđenih dijelova tijela vatom nakvašenom u alkoholu ili vodu a poslije suhim trljanjem, sve dok koža ne pocrveni. Kod evakuacije, promrznuti se dijelovi namažu debelim slojem vazelina, ili kojom drugom indiferentnom masti. Ako je ikako moguće, nastradalog treba prenijeti u toplu prostoriju, ali ne kraj peći, te mu davati toplo piće, alkohol i vruća jela. Ako su se pojavili mjehuri, staviti samo suh i sterilan zavoj.

O p ć e s m r z a v a n j e o r g a n i z m a počinje osjećajem jeze, umora, zatim do pospa-

nosti. Unesrećeni čvrsto zaspi,. disanje i srčana radnja slabe, a smrt nastupa u snu. Prva pomoć kod općeg smrzavanja sastoji se u postepenom zagrijavanju nastradalog uz energično i pažljivo masiranje smrznutih dijelova tijela, jer se smrznuti dijelovi lako lome. Ako promrzli ne daje znakove života, premda su masažom udovi postali gipki dajemo mu umjetno disanje. Kod pojave prvih znakova života, treba pokušati dati toplu kavu, čaj ili mlijeko, dok se daljnje liječenje odvija uglavnom u smislu što boljeg zagrijavanja tijela sa termoforima i drugim.

V i s i n s k a b o l e s t. Na velikim visinama uslijed jako razrijeđenog zraka, a velikom potrebom za kisikom dolazi do izvjesnih poteškoća, koje su uglavnom okarakterizirane slijedećim simptomima: vrtoglavica, povraćanje. opća slabost i klonulost, krvarenje iz nosa, zujanje u ušima i sl. Prva pomoć: mirno ležanje uz toplu kavu ili čaj osim alkohola. Eventualno se spustiti u niže predjele.

K a p. — Glavu položiti visoko. Hladni oblog na glavu ili eventualno led. Uputiti liječniku.

G r č e v i m i š i ć a. — Mirovanje i toplina.

G r č e v i s r c a. — Hladni oblozi, Valerijanove kapi sa vodom ili čajem.

G r č e v i ž e l u d c a. — Topli oblozi, čaj od kamilice, Hoffmanove kapi ili tinktura opii na šećeru. Za to vrijeme ne jesti.

P a d a v i c a. — Znaci su duboka nesvijest, grčevito trzanje. Spriječiti povrede uslijed trzanja, a maramicu među zube da ne bi pregrizao jezik. Ne sprečavati trzanje bolesnika Hladni oblozi na glavu. Ne dati mu da jede ili pije.

P r o l j e v. — Jaka alkoholna pića, toplina na trbuh, carbo animalis, sulfaguanidin.

O t r o v a n j e g l j i v a m a. — Ricinus, izazvati povraćanje, crna kava, hladni oblozi na glavu.

S t r a n o t i j e l o u o k u. — Ako neko strano tijelo upadne u oko, izvrnuti kapak i odstraniti to tijelo čistom gazom ili maramicom. Oko ne trljati. Hladne obloge. Kod ozlijeđene rožnice hidrofilna gaza, povoji i liječniku. Upala oka uslijed jakog sunca, snijega, vjetra i slično, zahtijeva hladne mokre obloge, u koliko pri ruci nemamo targezina ili koje druge pogodne solucije ili masti. Za zaštitu od sunca služe zelene ili sivo-smeđe naočale.

U h o. — Ako dođe u uho neki kukac ili slično, ukapati u uho toplo ulje ili glicerin, a ne pokušavati mehaničkim sredstvima.

U b o d k u k c a. — Nakapati amonijak. Burovi oblozi, ne grepsti.

Ujed zmije. — Odmah čvrsto stisnuti iznad mjesta ujeda, dotični dio spustiti na niže, nekoliko unakrsnih rezova nožem oko rane, istisnuti krv, eventualno isisati (zdravi zubi i ne ispucale usne). Ne paliti ranu, ne piti alkohol! Serum protiv ujeda zmije je jedino sigurno sredstvo. Svakako što prije uputiti liječniku.

Udarac groma. — Masaža tijela sa hladnom vodom, hladne obloge na srce, umjetno disanje. Odmah liječniku.

Utapljanje. — Utopljeniku očistiti nos i usta od mulja, položiti ga preko koljena i udarati po ledima dok se ne istjera voda. Umjetno disanje.

Transport unesrećenih. — Transportiranje unesrećenih u planinama iziskuje specijalnu izobrazbu spasioca, kao i naročitu spremu. Međutim kod izvjesnih slučajeva, može se desiti da ne raspolažemo niti sa određenom spremom, a niti stručnim osobljem. Važno je napomenuti da transport za bolesnika mora biti bezopasan, da ne smije izazivati bolove, da bolesnik bude zaštićen od hladnoće ili od prevelike žege kod transportiranja treba češće unesrećenog nadgledavati, jer bi se moglo desiti da kod različitih teških slučajeva, zbog nepažnje onih koji ga transportiraju, bude slučaj izgubljen kao na primjer da mu vilica sklizne unazad a jezik zatvori pristup zraka u dušnik ili povraća pa se uguši vlatistim izbljuvkom i t. d.

PUTNA LJEKARNA (APOTEKA)

Svaka putna ljekarna treba da se sastoji iz slijedećih medikamenata i pribora:

1. Dva mala i jedan veliki povoj (zavoj)
2. Jedan omot hidrofilne gaze.
3. Jedan omot vate.
4. Jednu ljepljivu vrpcu »Flaster« (Leukoplast i sl.).
5. Jednu bočicu jodne tinkture (dobro zatvoreno).
6. Dvije-tri tablete proflavina, koji se otopi u 1 litri hladne vode. Njome se ispiru stare rane, a može se u tu otopinu namočiti i čista gaza, pa priviti na ranu.
7. Jedan ili dva paketića Burov-tabl.
8. Jednu tubu Bor-vaselina.
9. Jednu tubu Jekovitol masti.
10. Jednu kutiju medicinskog ugljena (carbo animalis).
11. Jednu bočicu Hoffmannovih kapljica (alkohol-eter.).
12. Jednu bočicu kolonjske vode ili 70% alkohola.
13. Jednu kutijicu hipermangana u prahu.
14. Jednu vrećicu sterilnog sulfanilamid praška ili jodoforma za posipavanje rana.
15. Jednu bočicu Valerijanovih kapljica.
16. Jednu bočicu amonijaka (10%).
17. Jednu kutijicu sode bikarbone,

18. Jednu kutijicu aspirina,
19. Jednu kutijicu sulfatiazol tableta,
20. Jednu kutijicu sulfaguanidin tabl.
21. Jednu pincetu,
22. Jedne škare.

Napominje se da se lijekovi moraju držati u suhom (naročito radi tableta), jer se u vlazi lijekovi lako kvare, kao i na velikoj toplini. Ljekarnu treba držati u limenoj, drvenoj ili kožnatoj kutiji i čuvati od vlage.

PLANINARSKI SAVEZ HRVATSKE

U Planinarskom savezu Hrvatske organizirana su slijedeća planinarska društva:

1. Bjelovar	PD Bjelovar
2. Crikvenica	„ Lukovo
3. Čakovec	„ Čakovec
4. Daruvar	„ Petrov Vrh
5. Delnice	„ Risnjak
6. Desinić	„ Javor
7. Dubrovnik	„ Dubrovnik
8. Duga Resa	„ Vinica
9. Gospić	„ Visočica
10. Ivanec	„ Ivanec
11. Jastrebarsko	„ Jastrebarsko
12. Juršići (Istra)	„ Juršići
13. Karlovac	„ Dubovac
14. „	„ Josip Kraš (J. A.)
15. Kaštel Sućurac	„ Kaštel Sućurac
16. Klanjec	„ Cesargrad
17. Koprivnica	„ Bilo
18. Krapina	„ Strahinjčica
19. Križevci	„ Kalnik
20. Kutjevo	„ Krdnija
21. Makarska	„ Biokovo
22. Mrkopalj	„ Bijele stijene
23. Novi Marof	„ Grebengrad
24. Novska	„ Psunj
25. Ogulin	„ Klek
26. Opatija	„ Opatija
27. Osijek	„ Osijek
28. Ozalj	„ Ozalj
29. Perušić	„ Štirovača
30. Petrinja	„ Zrinjska Gora

31.	Podravska Slatina	PD	Vrani Kamen
32.	Pregrada	,,	Kuna Gora
33.	Ravna Gora	,,	Bjelolasica
34.	Raša	,,	Rudar
35.	Rijeka	,,	Rijeka
36.	Samobor	,,	Samobor
37.	Senj	,,	Zavižan
38.	Sisak	,,	Sisak
39.	Slavonski Brod	,,	Dilj
40.	Slavonska Požega	,,	Slav. Požega
41.	Split	,,	Mosor
42.	Šibenik	,,	Šibenik
43.	Varaždin	,,	Varaždin
44.	Velika Gorica	,,	Vukomerić
45.	Virovitica	,,	Papuk
46.	Vrbovsko	,,	Kozarac
47.	Zagreb	,,	Dom J. A.
48.	,,	,,	Grafičar
49	,,	,,	Grič
50.	,,	,,	Prigorac
51.	,,	,,	Risnjak
52.	,,	,,	Sljeme
53.	,,	,,	Velebit
54.	,,	,,	Zagreb
55.	,,	,,	Zanatlija
56.	,,	,,	Željezničar
57.	Zagreb—Podsused	,,	Susedgrad
58.	Zagreb—Stenjevec	,,	Runolist
59.	Zagreb—Vrapče	,,	Cepin

Broj članova učlanjenih u ovim društvima iznosio je koncem godine 1951. — 23.146.

BILJEŠKE

1. I. 1952. Pintijarka
Doček Nove godine
sa Omladinskom
sekcijom.

KOĆA pod [illegible]GATROM
1513 m

17. I. —
— 25. I.
Komna

BILJEŠKE

Komna { [redacted] Lanževica 2007 m (2[illegible]
Bogatin 2057 m (2[illegible]
Kal 2001 m (22.[illegible]

2. V. 52. Izvor Kupe [illegible]
4. V 52. Risnjak (1528)

1. VI. 52. Klek!
sa [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] SVOS (1/2)
3[illegible] [illegible] 56),
1[illegible]. [illegible]. 1952. [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]

m.
1619
VISOČICA

13. VII. 52.

16. VII. 52.

17. VII. 52.

18. VII. 52.

3. VIII.

4. VIII.

5. VIII.

6. VIII.

7. VIII.

8. VIII.

BILJEŠKE

BILJEŠKE

BILJEŠKE

TELEFONSKI IMENIK

Tisak: Stamparski zavod »Ognjen Prica«,
Zagreb